

لورانس أ. برافين

علم الشخصية

الجزء الثاني

ترجمة

عبدالحليم محمود السيد

أيمن محمد عامر

محمد يحيى الرخاوى

مراجعة

عبدالحليم محمود السيد

المركز القومي للترجمة

إشراف : جابر عصفور

– العدد : 1635

– علم الشخصية (ج٢)

– لورانس أ. بيرفين

– أيمن محمد عامر

– محمد يحيى الرخاوى

– عبد الحليم محمود السيد

– الطبعة الأولى 2010

هذه ترجمة كتاب :

The Science of Personality

by Lawrence A. Pervin

“Copyright © 2003 by Oxford University Press, Inc.”

“This translation of The Science of Personality, Second Edition, originally published in English in 2003, is published by arrangement with Oxford University Press, Inc”.

صدر هذا الكتاب باللغة الإنجليزية سنة ٢٠٠٣ وتصدر هذه الترجمة العربية بالتنسيق مع قسم النشر بجامعة أكسفورد .

حقوق الترجمة والنشر بالعربية محفوظة للمركز القومي للترجمة .

شارع الجبلية بالأوبرا - الجزيرة - القاهرة : ت: ٢٧٣٥٤٥٢٤ - فاكس: ٢٧٣٥٤٥٥٤

El-Gabalaya St., Opera House, El-Gezira, Cairo

e.mt@egyptecouncil@yahoo.com

Tel: 27354524 - 27354526

Fax: 27354554

علم الشخصية

(الجزء الثاني)

تأليف: لورانس أ. برفين

ترجمة

عبد الحليم محمود السيد أيمن محمد عامر

محمد يحيى الرخاوى

مراجعة: عبد الحليم محمود السيد



بطاقة الفهرسة
إعداد الهيئة العامة لدار الكتب والوثائق القومية
٢٠١٩



mohamed khatab

تهدف إصدارات المركز القومي للترجمة إلى تقديم الاتجاهات والمذاهب الفكرية المختلفة
العربية وتعريف بها ، والأفكار التي تتضمنها هي اجتهادات أصداها في
ثقافتهم ، ولا تعبر بالضرورة عن رأي المركز .

المحتويات

الجزء الثالث: مواضيع في بحوث الشخصية

الفصل السابع: اللاشعور

10 نظرة عامة على الفصل
19 أسئلة يجب عنها هذا الفصل
21 مقدمة
25 ظواهر توضيحية
25	١- الإدراك تحت عتبة الشعور
26	٢- الذاكرة الضمنية
27	٣- الظواهر التكيفية
28	٤- الإيصال الأعلى
29	٥- التويم الصناعي
29	٦- الانسجام تحت الشعور
30	٧- أن نقول أكثر مما نعرف
31	٨- الضرب دون وعي
33	٩- العمليات الآلية الروتينية
34	١٠- الكتب
35	١١- التفكير اللاشعوري الضمني
37 نظرة تاريخية مختصرة
40 اللاشعور الدينامي في التحليل النفسي
41 أدلة على الآليات الدفاعية
45 تاريخ اللاشعور الدينامي
46 اللاشعور المعرفي

المحتويات

الجزء الثالث: مواضيع فى بحوث الشخصية

الفصل السابع: اللاشعور

19 نظرة عامة على الفصل
19 أسئلة يجيب عنها هذا الفصل
21 مقدمة
25 ظواهر توضيحية
25 ١- الإدراك تحت عتبة الشعور
26 ٢- الذاكرة الضمنية
27 ٣- الظواهر التفكيرية
28 ٤- الإبصار الأعشى
29 ٥- التوهم الصناعى
29 ٦- الاستماع تحت الشعور
30 ٧- أن نقول أكثر مما نعرف
31 ٨- التشريطون وعى
33 ٩- العمليات الآلية الروتينية
34 ١٠- الكبت
35 ١١- التفكير اللاشعورى الضمنى
37 نظرة تاريخية مختصرة
40 اللاشعور الدينامى فى التحليل النفسى
50 أدلة على الآليات الدفاعية
55 شرح اللاشعور الدينامى
57 اللاشعور المعرفى

60	التأثير اللاشعوري في التذكر والإدراك.....
	التأثير اللاشعوري على الانفعالات والاتجاهات والسلوك تجاه
62	الأخرين.....
69	تكوينات الإتاحة المتواصلة.....
72	مقارنة بين كل من المنظور الدينامي والمعرفي للاشعور.....
79	تضمينات استخدام مقاييس التقرير الذاتي.....
87	المفاهيم الأساسية.....
89	ملخص الفصل.....
	الفصل الثامن: مفهوم الذات
93	نظرة عامة على الفصل.....
93	أسئلة يتناولها هذا الفصل.....
95	مقدمة.....
95	لماذا ندرس مفهوم الذات؟.....
97	موجات ازدهار وهبوط الاهتمام بالذات: منظور تاريخي.....
101	ارتقاء الذات.....
	الذات كموضوع منفصل عن الأفراد والموضوعات الأخرى إدراك
102	الذات.....
104	ارتقاء الوعي بالذات.....
108	ملخص المنظور الارتقائي.....
109	ثلاث وجهات من النظر حول بناء الذات.....
109	نظرية كارل روجرز الظاهرانية.....
113	مفهوم التحليل النفسي عن الذات.....
114	مدرسة سوليفان بين الشخصية للطب النفسي.....
114	نظرية العلاقة بالموضوع.....
119	الرؤية المعرفية الاحتجاجية للذات.....

130	العمليات الدافعية المتصلة بالذات تحقيق الذات وتعزيز الذات.....
139	مقارنة بين الرضى المعرفية الاجتماعية والرضى التحليلية عن الذات.....
141	الفروق الفردية في الذات وفي عملياتها.....
141	مفهوم كفاءة الذات لباندورا.....
	نظرية التحكم لكارفر وشاير والوعى بالذات الخاصة مقابل الذات
147	العلنية.....
151	نظرية موجّهات الذات لهجن.....
158	تقدير الذات.....
165	الذات وعلم الأعصاب.....
169	الثقافة والذات.....
174	تأملات أخيرة حول الذات.....
176	المفاهيم الأساسية.....
178	ملخص الفصل.....

الفصل التاسع: المسار من التفكير إلى الفعل

183	نظرة عامة على الفصل.....
183	أسئلة مثارة في هذا الفصل.....
185	مقدمة.....
188	سلوك الاختيار العقلي: التوقع × نظرية للقيمة.....
188	نموذج تولمان لسلوك الغرضي.....
189	بحوث ليفين عن مستوى الطموح.....
191	نموذج روتر لقيمة التوقع.....
193	ركود السلوك وتوقفه: نحو نظرية للأهداف.....
205	الأهداف وتنظيم الذات والفعل: برامج بحثية.....
206	نموذج باندورا للمعيار الأهداف وتنظيم الذات.....

215	المشاريع الشخصية، والكفاحات الشخصية، ومهام الحياة.....
216	بحوث " لينل " حول المشاريع الشخصية.....
219	بحوث " إيمونز " حول الكفاحات الشخصية.....
224	الشعور الذاتي بحسن الحال.....
225	الصراع والتناقض الوجداني.....
227	الكفاحات الشخصية والسمات.....
228	بحوث " كلنتور " حول مهام الحياة.....
235	أهداف الإقدام - الإحجام، والتركيز على التقدم - الإعاقة.....
240	عناصر مشتركة، وفروق، وأسئلة تم يتم الإجابة عنها.....
242	تقسيمات في تنظيم الذات ومشكلة الإرادة الحرة.....
248	المفاهيم الأساسية.....
250	ملخص الفصل.....

الفصل العاشر: الانفعال والتكيف والصحة

255	نظرة عامة على الفصل.....
255	أسئلة سيتناولها هذا الفصل.....
257	مقدمة.....
259	الوجدان داخل سياق النظرية التقليدية للشخصية.....
259	نظرية التحليل النفسي.....
260	النظرية الظاهرانية (الغنومينولوجية) كارل روجرز.....
261	نظرية السمات.....
262	النظرية المعرفية الاجتماعية ومعالجة المعلومات.....
263	نور محوري للوجدان في الشخصية.....
265	نظريات الانفعالات الأساسية.....
271	نصفان للدافعة - الانفعال.....
274	بولج حياة الانفعال.....

276	الثقافة والانفعال.....
278	تنظيم الانفعال، والتعايش مع المشقة والتكيف.....
279	تنظيم الانفعال.....
282	المشقة والتكيف.....
288	التعايش وآليات الدفاع.....
293	الاشغال والتكيف والصحة.....
295	التأقلا والصحة: قوة التفكير الإجابى.....
302	العصابىة والوجدانىة السلىة.....
305	قمع الأفكار والانفعالات مقابل التعبير عنها.....
306	بحث وجنر عن آثار قمع التفكير.....
312	دراسة بينىاكر عن آثار كف الانفعال والإقصاح عنه.....
322	المفاهىم الأساسىة.....
323	ملخص الفصل.....

الفصل الحادى عشر: الأداء الوظيفى غير التكىفى للشخصىة

وعملىات التغير

327	نظرة عامة على الفصل.....
327	أسئلة سىجىب عنها هذا الفصل.....
329	مقدمة.....
329	الوصف والتفسىر ووصفة العلاج.....
332	نظرىة السمة.....
332	نظرىة السمة لأىرنك.....
334	نموزج العوامل الخمس واضطرابات التسخىة.....
335	تطبقىان توضحىل.....
337	تطبقىات تتصل بالسلوك النفسى الاجتماعى المضطرب بىن النحر والأخرىن.....

339	الوصف والتفسير والعلاج ونموذج العوامل الخمسة.....
341	نموذج السمات واضطرابات الشخصية: ملخص.....
342	نظرية التحليل النفسي.....
342	المرض النفسي.....
342	نظرية العلاقة بالموضوع.....
346	اضطراب الشخصية الرجسية: مقارنة بنظرية السمات.....
348	العلاقة بالموضوع، والتعلق، والاكتئاب.....
352	التغير العلاجي.....
356	الوصف والتفسير والعلاج والنموذج التحليلي.....
358	مناحي معالجة المعلومات المعرفية الاجتماعية.....
359	نظرية البناء الشخصي لكبلي.....
362	النظرية المعرفية الاجتماعية لماندورا.....
365	النظرية المعرفية والعلاج المعرفي لك.....
372	بحوث نتائج العلاج.....
375	العلاج المعرفي الماضي والحاضر والمستقبل.....
376	الآليات المعرفية الاجتماعية في المرض النفسي.....
380	الوصف والتفسير والعلاج والنموذج المعرفي.....
382	قضايا تتصل بتحليل الأداء غير التكيفي والتغير العلاجي.....
382	الموقف وخصوصية المجال.....
382	أداء الفسق.....
383	تأكيد التأثيرات اللاشعورية.....
384	المعرفة والوجدان والسلوك.....
385	التغيرات السددة وعمليات التغير.....
388	معرفة المعارف استبدله.....
	دوره النبوة في الثقافة للاداء غير التكيفي في الشخصية والتغير
390	تعالج.....

395	المفاهيم الأساسية
397	ملخص الفصل

الفصل الثاني عشر: تقدير الشخصية

401	نظرة عامة على الفصل.....
401	الأسئلة التي يحاول الفصل الإجابة عنها
403	مقدمة.....
404	تدبير فريق مكتب الخدمات الاستراتيجية للشخصية للأفراد
411	أنواع بيانات الشخصية
415	عودة إلى لاهتمام بالثبات والصنوق.....
424	بعض الأسئلة المرتبطة بتقدير الشخصية
424	العلاقات القائمة بين التقديرات الذاتية وتقديرات المشاهدين
430	إمكان الخداع أو التزييف.....
434	علاقة الحيل بالسلوك: علاقته المعاييس الصريحة بالمعيار الصنقة
440	السمع العلني والقدرة على التسو
448	التنوع وتقدير الشخصية
453	العلاقة بين نظرية الشخصية وقياس الشخصية.....
461	المفاهيم الأساسية
463	ملخص الفصل

الفصل الثالث عشر: خاتمة

قضايا حالية، وتوقعات لعلم الشخصية

467	نظرة عامة على الفصل
468	تعريف الشخصية.....
470	استراتيجيات البحث.....
473	لوعية - هي مقابل - العمومية

475	الصبيح والنظنح أو المورثات والثقافة.....
479	المطالعة - الثبوت، والاستقرار - التعبير
481	مدى السلامة وتركيز الساعمة: العت والدقة
483	الهوائت الاجتماعية والمبانية للشخصية: النظرية والبحث
487	محالات حالية للاضام.....
490	توقعات لمستقبل.....
492	ملخص الفصل.....
495	المراجع

الجزء الثالث

مواضيع في بحوث الشخصية

لدينا الآن فرصة للنظر في مختلف استراتيجيات البحث، ووحدات الشخصية، ومسائل تتصل بمحددات الشخصية وارتقائها.

وفي هذا القسم نرجع إلى بحوث الشخصية فيما يتصل بمواضيع دوعه أكثر منها مواضيع متسفة أو قضيا عامة. المواضيع المختارة تمثل مذهب البحث في الشخصية التي تلغى حاليا أكثر اهتمام. ومع ذلك فقد بذلت محاولة للتركيز على مناطق لها دلالة بعيدة المدى أكثر من التركيز على مناطق يتصاعل الاهتمام بها. وهذا بالطبع قرار يصعب اتحاده. وسعلم أن المناطق التي يتصاعل الاهتمام بها (أو غير ذات القيمة) في بحوث الشخصية مثل المناطق الأخرى للبحث. فمثلاً عرفت الحمسييات من القرن العشرين بأنها منذ عقد (الـ A A A أى)، حيث تميز بسببة هائلة من بحوث الشخصية تركر على مفاهيم (الاجار^(١)، والسلطية^(٢)، والقلق^(٣)، ولم يعد أى منها موضع تركيز حالى مثلما كان فى هذه العدة. وس ثم لم يحصل فصل حاصر لاي من هذه المفاهيم. وكذلك فإن تحديد أى مواضيع البحث الحالى سيضمّن فى كتاب عن الشخصية بعد أربعين سنة من الآن، أمر يحتاج الانتظار.

وفي الوقت نفسه، فإن المواضيع المخترة تمثل جهداً للإحاطة بكل من: ما يميز البحوث التى تحرى حالياً، وما يتوقع أن تكون له دلالة بعيدة المدى. وللتوفيق بين هذين الجانبين، فاسى حاولت الرجوع بانتظام إلى مناحى البحث ووحدات الشخصية التي كانت موضع اهتمام سابق.

وفي الفصول التالية سنبدأ بما أرى أنه قضيه أساسية عبر كل بحوث الشخصية: ما درجة اهمية الجوانب اللاشعورية فى أداء شخصياتنا وكيف يمكن قياسها؟ وقد تمّ ناهل هذا الموضوع فى الميدان لزم من طول، رغم أن مفهوم

Achievement (١)

Authoritarianism (٢)

Anxiety (٣)

اللاشعور كان يكتشفه من المحللين النفسيين أما النوم فإنه يوجد اهتمام كبير بالبحوث في هذه المنطقة، من منظور التحليل النفسي، وعلم النفس المعرفي، وعلم النفس الاجتماعي، وعلم الأعصاب. ومن مفهوم اللاشعور نتحرك لنتناول مفهوم الذات. ما الذي يمكن أن يكون مركزاً للشخصية أكثر من الطرق التي نرى بها أنفسنا؟ ومع ذلك حكم سري في الفصل الثامن - قبل علماء النفس لديهم على مدى السنوات اهتمام يتفاوت ريادة ونقصاناً بمفهوم الذات. يضاف إلى هذا أننا بدأنا في النظر في دلالة لغز ورواق ثقافية التي توجد في كيف نفهم الشخصية و لأهمية التي تعطى لها في المجتمع. يضاف إلى هذا أن علماء الأعصاب كرّسوا جهودهم لاكتشاف الأسس العصبية لللاشعور بالذات. وفي الفصل التاسع عدنا إلى مفهوم الدافع وطربا في مساهمة كيف تحرك الأشخاص من التفكير في شيء إلى عمل شيء. أي من الأفكار والحطط إلى الفعل. وكما لاحظنا من قبل في الكتاب، فإن التركيز على العمليات المعرفية كان حراً من ثورة معرفية، ومع ذلك فبمرور الوقت تحول الاهتمام من المعرفة الخالصة إلى كيف ترتبط المعرفة بعمليات مثل الدافعية والوجدان، وتحول الانتباه إلى تحريك الشخص من التفكير إلى الفعل يعبر عن هذه التغيير. والمواضيع التي تناولها الفصل العاشر أي الانفعال والنكف والصحة تعبر أيضاً عن هذا التغيير. وفي هذا الفصل سنكون لدينا فرصة للنظر في دور الانفعال في أداء الشخصية. يضاف إلى هذا أننا سنعرض بحثاً حول كيف يواجه الأشخاص المشقة، وتصميت هذه الجبهة بالنسبة لحس حبيهم النفسي والحسية. وفي فصلين الياقين من هذا الجزء سنعرض لطبيعة الأداء النفسي عبر الكيفي، وعمليات التعر العلاجي. ثم قضية تقدير الشخصية.

كنت هذه آخر طرة ساسة واسعة لما سمعت يحدث. والنوم يوجد نشاط في مجال علم نفس الشخصية، والفصول لثانية تعطى شعوراً حيوية وإساع البحث نحائلي في المال.

الفصل السابع*

اللاشعور

نظرة عامة على الفصل:

نتناول في هذا الفصل مدى متسعاً من الظواهر المتنوعة التي تسوحى أن الأشخاص لا يعون -أحياناً- التنبّهات الداخلية والحارجية التي تؤثر في الطريقة التي بها يفكرون أو يشعرون أو يسلكون، ورغم من أن هذا الموضوع لا يبقى اتفاقاً عاماً حوله حتى الآن؛ فإن معظم علماء الشخصية يقلون فكرة وجود هذه التأثيرات اللاشعورية. نتناول هنا الدليل على وجود مثل هذه التأثيرات، إلى جانب أهميتها فيما يتعلق بأهداف البحث في الشخصية بشكل عام.

أسئلة يجيب عنها هذا الفصل:

- (١) ما الذي يعنيه مفهوم اللاشعور؟
- (٢) ما الدلائل على تأثير العمليات اللاشعورية على أفكارنا ومشاعرنا وسلوكياتنا؟
- (٣) كيف يتباين مفهوم اللاشعور، كما نفترضه النظريات المعرفية، عن ذلك الذي نفترضه نظرية التحليل النفسي؟
- (٤) إذا وافقنا على أهمية العمليات اللاشعورية؛ فما متضمنات تلك الموافقة على ما يخص استخدام البيانات المؤسسة على التقارير الذاتية في بحوث الشخصية؟

مقدمة

وصفاً للإن إلى أول العصور التي تتصل بمواضيع "تحت في الشخصية وبعد موضوع نزايد أهمية وتعدده هو: اللاشعور. إن وجهة النظر التي تم تبنيها هنا هي: هذا الموضوع مركزي لبحثنا في الشخصية وفهمنا لها. في الواقع، سيكون من الصعب إنجاز تقدم -ال في المجال إلى أن تكون لدينا طريقة لتقدير أهمية العمليات اللاشعورية للآراء لنفسى للأفراد، فبينما كان دور العمليات اللاشعورية في عمل الشخصية موضع تساؤل في وقت من الأوقات، نجد اليوم أن ثمة اتفاق حول أن كثير من هذا لعمل يحدث دون اختيار واع، وأن جزءاً من سلوكنا يحدث فعلاً بطريقة نتعارض مع ما نرغب فيه على المستوى الواعي (Banaji, 2001) (Bargh & Ferguson, 2000) ونفهم اللاشعور أهمية قصوى على كل من المستويين النظري والمنهجي، فمن زاوية نظرية لدينا في علم الشخصية وجهات نظر شدة الساب فيما يخص أهمية الظواهر اللاشعورية فننظر إلى افتراض فرويد بأنه "تعيشنا" قوى محبولة، لاشعورية، وأحياناً لا يمكن التحكم فيها أو ضبطها، وكذلك افترضه أنه "لا يحز التحليل النفسي" شيئاً، ولا يسعى إلى شيء أكثر من اكتشاف اللاشعور في الحياة العقلية: (1924, P. 397).

قرن هذه النظرة بنظرة نشرت بتدور Albert Bandura المظهر الاجتماعي المعرفي: تبيناً لا يعنى الأشخاص تماماً كل أوجه تفكيرهم، فإن تفكيرهم أيضاً ليس لاشعوراً حياً، لا يعرف الشخص، على وجه العموم، ما يحزن فيه (1986, P. 125)، لدينا هنا منظوران مختلفان فيما يتصل بأهمية الظواهر اللاشعورية في عمل شخصية الإنسان. الاختلاف عميق لدرجة أنها تعكس فروق وخصائص أساسية في النظرة للطبيعة الإنسانية، كما أنها تؤدي إلى الاهتمام بأنواع

متباينة من الظواهر تتم دراستها بطرق متباينة: فيؤكد فرويد أهمية الدراسة الإكلينيكية للأحلام، بينما يؤكد باندورا أهمية الفصل التجريبي^(١).

يؤدى هذا إلى موضوع مهم آخر، وهو مصمصات المناشير المتباينة للاشعور التى تؤثر فى البحث العلمى. سوف نتناول هذا الموضوع بمزيد من التفصيل لاحقاً فى هذا الفصل. ومع ذلك، نستطيع الإشارة الآن إلى أن نظرية فرويد تؤكد للاشعور بشدة، ولا تضع ثقة كبيرة فى التقارير الذاتية التى يضعها الأشخاص عن أفكارهم ومشاعرهم، وربما حتى عن سلوكياتهم فإذا كانت هناك قوى مجهولة "تعيشنا"، وإلى أى مدى يمكننا الرهان على ما يقول الأشخاص بهم يفكرون فيه أو يشعرون به أو يفعلونه؟ من ناحية أخرى نستطيع ملاحظة أن منظور باندورا سوف يسمح باستخدام بيانات التقارير الذاتية، بل إنه يشجع على ذلك؛ فإذا كان الأشخاص يعرفون، بوجه عام، ما يفكرون فيه، فإن لنا أن نتق قيب يقولونه مما يخص أفكارهم. وإذا كان ذلك كذلك، يصبح استخدام مثل هذه البيانات فى دراسة العلاقات بين الأفكار والمشاعر والافعال استخداماً ذا معنى.

وبالإضافة إلى أهمية الاشعور لكل من النظرية والبحث العلمى، فإن منظور المرء لهذا الاشعور ينطوى على متضمنات أخلاقية وقانونية مهمة. فيمكننا أن نتمساعل، من موقف أخلاقى: إلى أى مدى يمكن تحميل الأشخاص مسئولية سلوكهم إذا كان هذا السلوك محكوماً بقوى غير معروفة، ولا يمكن التحكم بها أو صببها؟ هل يمكن محاسبة المرء على شىء لم "يقصد" أن يأتبه، إذا كنا نعى بالـ "قصد" قراراً شعورياً بفعل هذا الشىء؟ هل يغير قول أحدهم "أنا لم اعن فعل ذلك، لقد فعلته لاشعورياً" من استحائتنا للفعل نفسه؟ فإذا كان بغير استحائنا؛ فكيف يفرق بين الشخص الذى فعل شئنا لأسباب غير قصدية أو غير شعورية "حقاً"، وذلك الذى "يستخدم" هذا الشرح كمبرر أو عذر. إذا "نسى" أحد الأشخاص أن يفعل شئنا كان

قد وعد به، كيف يمكننا ان نفصل فيما إذا كان هذا النسيان راجعا لكون ذهنه محملا
بأكثر مما يحب، أو برعة لاشعورية في عدم الوفاء بالوعد، أو لقرار واع نألا يعي
به وأن يعتذر بأنه نسي.

تطبق المشكلات نفسها بالضبط في المواقف القانونية. فكثيرا ما يكون على
هذه المحلفين أن تقرر إذا كانت الجريمة قد ارتكبت عن قصد، حيث يساوى القصد
أو عي. كذت في على المحلفين أن يصدروا أحكاما خاصة بالنف، حيث تتعارض
الدقة مع التثوية^(١) اندي يحدث في ذاكرة الأشخاص. يمكن أن تمثل هذه الأحكام
إشكالية خاصة حين تفصل مدة طويلة بين الحدث الأصلي واستعادة الذاكرة له،
وكذلك عندما يتعلق الأمر بأحداث ذات دلالة انفعالية كبيرة. هل كانت هذه
الذكريات "مدفونة" في اللاشعور؟ هل يمكن لأحد أن يسي حنا ذا دلالة كبيرة لعدد
من السنين ثم يعود ليتذكر ما كان قد نسيه؟ تبرز مثل هذه المسائل بتكرار أعلى في
قضايا الإساءة الجنسية في الطفولة^(٢)؛ ففي قضية تناولها الإعلام بكثافة، تعرض
رجل للمحاكمة بتهمة قتل فتاة فل ٢٠ عاما، حيث كان الدليل الأقوى هو استعادة
ذاكرة ابنته للحدث.

وباستخدام هذه القضية بوصفها خلفية لمناقشة واقعية الذكريات المكبوتة، دفع
أحد السيكولوجيين الحراء في الذاكرة وفي شهادات شهود العيان بالتساؤلات
سالبية: إلى أي مدى سمع كبت^(٣) ذكريات الإساءة إلى الأطفال^(٤)؟ ما التفاعل
المتوقع من المحلفين والقضاة تجاه هذه الادعاءات الخاصة بالذكريات المكبوتة،
وعندما تطفو الذكريات على السطح؟ وعلى أي شكل تبدو؟ وإلى أي مدى يمكن
الوثوق في هذه الذكريات؟ (Loflus, 1993, p. 518).

Distortion (١)
Childhood Sexual Abuse (٢)
Repression (٣)
Child Abuse (٤)

لننحصر، باختصار، موفها قانونيا احيرا: هل من الممكن أن سائر سلوك الأشخاص برسائل تصلهم عبر لاشعورهم، أو كم تسمى في المجال، من نصت عنه شعورهم؟^(١) أثبت مثل هذه المسألة عندما استم مجموعة من الأهالي أن انحرافات أبنائهم جاءت بتأثير من الرسالة تحت الشعورية "افعلها" التي تضمها موسيقى فريق الروك "Judas Priest" أو "كاهن يهـ" لقد خسر الآباء والأمهات قسيتهم في مواجهة فريق الروك. ولكن لتأثيرات المحملة برسائل تحت اشعورية تظل مسألة ذات أهمية قانونية كبيرة، فضلا عن أهميتها النفسية.

في الإجمال، ولأسباب عديدة فإنه من المهم أن سولي عبارة لم يعنه بالاشعور والسدليل المتعلق بأهميته للأداء النفسي. وقبل أن نتناول عتدا من الطواهر النموذجية، فده من المهم أن نعرف أنه لا بوت ذلك الشيء الذي هو "لاشعور". في حدود ما نعرف، ليس هناك تكوين يمكن تعينه بوصفه "اللاشعور". بالأحرى، فإن ما نسميه اللاشعور يتكون من مجموعة من المضامين والعمليات غير المتاحة للوعي^(٢) (الشعور)، ومع ذلك فأنه على التأثير في سائنا النفسي. إن ما نسميه اللاشعور يتكون من أفكار ومشاعر غير متاحة لحظيا للشعور، ولكنها تستطيع التأثير في غيرها من الأفكار والمشاعر ونسلكات الشعورية واللاشعورية. يتكون ما نسميه اللاشعور من عمليات تنم هذه التأثيرات عن طريقها. في الإجمال، وعلى الرغم من أننا قد نتحدث في بعض الأحيان عن لاشعور، فإنا نتحدث في الواقع عن مضامين وعمليات لها تأثير على الأداء النفسي دون أن يكون للشخص وعي بها أو داتارها.

ظواهر توضيحية:

سنحاول في هذا الفهم ظواهر لتعميمات اللاشعورية ولأكثر هذه العمليات
سجري مسحا واسعا هيا، بما هي تلك ظواهر يمكن أن يراها بعض السيكولوجيين
- دون غيرهم - موضحة ونمودجية. وهناك الآن وجهات نظر لما هي لظواهر
التي ينبغي أن بعدها مثلة و نمودجية للعمليات اللاشعورية، وكيف يمكن قياس
هذه الظواهر. وهنا، يبدو من الحكمة أن نذا بمدى متسع، ثم نرى إذا كان من
الممكن تكوين فئات للظواهر اللاشعورية.

١- الإدراك تحت عتبة الشعور (أو تحت الشعور) ^(١) هناك دلالات ذات
اعتبار على أن التنبهات الأضعف من أن تدرك يمكن مع ذلك أن تؤثر على
الإدراك وعلى غيره من العمليات النفسية (Kihlstrom, 1987, 1999). وأحد
المصطلحات المستخدمة لتسمية هذه الظواهر هو الإدراك تحت عتبة الشعور، حيث
يحيل هذا المصطلح إلى حقيقة أن المبه يأتي تحت حد عتبة الإدراك الواعي أو
الشعوري. على منيل المثال، عندما يُطلب من محوئين أن يرسموا منظرًا طبيعيًا،
فإن المحوئين الذين تعرض عليهم قبل الرسم صورة نقطة بسرعة أكبر من أن
يدركوها بوعي، يرسمون صورًا ذات علاقة نابطة أكثر من أولئك المحوئين الذين
تعرض عليهم صورة نابطة فيها. (Eagle, Wolitzky & Kim, 1966). معنى
ذلك أن صورة النقطة تدرك وتؤثر في العمليات الفكرية اللاحقة على الرغم من أن
المحوئين لا يستطيعون عرض ما عرض عليهم في الصورة الأولى. يمكن أيضًا
الاشارة في تأثيرات مشابهة في إطار الإدراك التمعني. على سبيل المثال، وفي
حده ساعد مهمة الاستماع المزدوج ^(٢)؛ بعض الأشخاص يعطيات بالبناء
تنبهت تقدم له في إحدى الأجزاء، بينما تقدم له تنبيهات مخلفة في الأجزاء الأخرى.

وعلى الرغم من أن الشخص يقرر أنه لا يعي التنبيهات التي تقدم له في القناء (الأذن) التي لا يتبته لها، فإن لهذه التنبيهات مع ذلك تأثيراً في السلوك المترتب.

لقد كان هناك، في وقت من الأوقات افتراضات بأن يستخدم الإدراك تحت الشعور في أعمال الدعاية، وذلك لجعل الأشخاص يشتركون منتجات معينة (على سبيل المثال: يمكن استخدام وميض سريع على الشاشة أثناء عرض أحد الأفلام في دار عرض سينمائية، وذلك لصور منتجات كالصودا أو العيشار من أجل زيادة استهلاك هذه المنتجات) (Morse & Stoller, 1982). وفي جهود أخرى تهتم بمقاومة سرقة البضائع من المحلات التجارية، عرضت كثير من الأقسام رسائل تحت شعورية من قبيل "إيا سرفت فسيفص عليك" (Wortman & Loftus, 1992). على العموم، تشير البحوث إلى أن مثل هذه الدعاية وجهود المقاومة ليست ناجحة، بمعنى أنها لا تدفع الأشخاص لعمل أشياء لا يفعلونها في العادة، ولا تمنعهم من عمل أشياء يفعلونها في العادة (Loftus & Klinger, 1992). كذلك ففي وقت من الأوقات أيضاً كانت هناك زيادة في شعبية أسرطة التسييلات الصوتية التي تقدم رسائل مهدنة أو دافعية بطريقة تحت شعورية. ومع ذلك يثير البحث العلمي المنظم أسئلة تتعلق بفعالية مثل هذه الأسرطة فيما وراء دور الإيهاء المتضمن في فعل شراء الشرط في المقام الأساس (Greenwald, Spangenberg, Partkanis, & Eskenazi, 1991). وفي الإجمال هناك دليل واضح على آثار الإدراك تحت الشعور على العمليات النفسية، إلا أن مدى هذه التأثيرات وشروطها تظل في حاجة إلى التحديد.

٢- الذاكرة الضمنية^(١): يسير مصطلح الذاكرة الضمنية إلى بار الأحداث و

المواد المتعلمة التي يقرر الأفراد أنهم لا يتذكرونها (Schacter, 1987; Kihlstrom, 1999). وهذا في مقابل الذاكرة الصريحة^(٢)، حيث يستدعي الشخص

الأحداث أو مواد الذاكرة بوعي ويمكن ملاحظة مثل هذه الآثار للذاكرة الضمنية عند هؤلاء الذين يعانون من بعض الإصابات المحية. إلا أنه قد تم إظهار هذه الآثار تجريبيًا أيضًا. على سبيل المثال: فإن المحوئين الذين يحفظون كلمات وأرقامًا متزاوجة سوف يتعلمون هذه الأزواج فيما بعد بسرعة أكبر من أزواج من الكلمات والأرقام التي لم يحفظوها من قبل، وذلك على الرغم من أنهم لا يستدعون أو يتعرفون أيًا من الأزواج التي سبق تعلمها (Nelson, 1978).

ويرى كيلستروم (Kihlstrom, 1987, 1999) أن ثمة تشابهًا بين آثار كل من الذاكرة الضمنية والإدراك تحت الشعور من حيث يشمل كلاهما آثارًا لأحداث لا بطولها الوعى الشعورى^(١) على العمليات النفسية. ويقترح كيلستروم مصطلح الإدراك الضمنى^(٢) للإشارة إلى تأثيرات الإدراك تحت الشعورى. إلا أنه يشير أيضا إلى أنه فى حالة الذاكرة الضمنية؛ فإن الأحداث كانت فى الأصل متاحة للوعى الشعورى. بينما الحالة ليست كذلك فيما يخص الإدراك الضمنى (الإدراك تحت الشعورى).

٣- الظواهر التفككية^(٣): تنصص مصطلح الظواهر التفككية مناسبات تختفى فيها عن وعى الفرد بعض أداءاته أو تصرفاته باللغة الأسمية، أو هى لا تتكامل مع بقية الأداءات النفسية لهذا الفرد. تتراوح مثل هذه الخبرات بين أفعال متوسطة وشائعة بدرجة كبيرة، كما فى حالة نسيان الفرد مسارًا طويلاً كان يقود فيه سيارته، إلى أفعال غير شائعة نسبيًا كما فى حالة نسيان أجراء كبيرة من أحداث رمس قريب، كما ينسى أحدهم سملاً- أين كان فى الأيام القليلة الماضية. وهناك حالات منطرفة من تعدد الشخصيات^(٤)، حيث يعيش الشخص بشخصيات متعددة منفصلة تتصرف فى بعض الأحيان بشكل مستقل كل منها عن الآخر. وقد يعفى عصفه

(١) Conscious Awareness

(٢) Implied Perception

(٣) Dissociated Phenomena

(٤) Multiple Personalities

النفس الأخر، كما قد لا يحدث مثل هذا الوعي.، عندما كانت تعد حالات تعدد شخصيات -درة فيم محتوى، من هناك ردة في الذات التي يتم رصد ها، إلى درجة أن البعض رأى فيها الاضطراب النفسى الرئيس للتسعينيات (Kluft & Fine, 1993).

ونرى الإكلينيكيون أن الظواهر التفككية هي محاولات لفهم الوعي بأحداث شديدة المصنعة، أو أحداث صدمية^(١) انفرجة فضائية. مثل هذه العمليات تشاهد في الأشخاص العسكريين أثناء الحرب عندما ينسى المحارب معركة حربية كاملة، ومع ذلك فإن كون المعركة متاحة للوعي يظهرها نموذج دوا، يسمى سوئال صوديوم (Sodium Pentothal)، أو "كسر التجمعه (Grinker & Spiegel, 1945). ولقد تمت صياغة مفيد لقياس الفروق الفردية في الميل للتفككية (Bernstein & Putnam, 1986) حيث يطلب من المبحوثين أن يحددوا التكرارات التي يعيشون فيها خبرات كالحبرات التالية

- (١) تجد نفسك في مكان ليس لديك به فكرة عن كيفية وصولك إليه،
- (٢) تنصت إلى شخص بكلم، ثم تكتشف أنك لم تسمع جرساً أو أباً مما قيل،
- (٣) تجد نفسك في ملابس لا تتذكر أنك ارتديت،
- (٤) تحزن جسمك وكأنه لا يحسك
- (٥) تكتشف أنك تمتلك أشياء لا تتذكر أنك اشتريتها.

٤- (الإبصار الأعمى)^(٢)، يظهر الأفراد الذين يعانون من صدمات مخفية صعوبات غير معتادة في ممارسة العاطف الحمية. حيث يفقد أحد زوجه بوصفه الحمية بينما يفقدون وجه آخر. من هنا كانت هناك صعوبات في فهم مرضى الاصابات الحمية أنهم لا يرون، رغم أنهم قدرون على الاستجابة بكفاءة سننات الحمية عند تطلب الأمر لذلك. على مدار السنوات العشر الماضية

به غير قادر على رؤية قائم عن المساعدة، لكنه يستطيع الإمساك به. وقد استطاع
 على تسميته من هذه الظواهر (Weiskrantz, 1986) وعلى
 الرغم من اختلاف السبب، إلا أن حالات العمى الهستيرى تثير اهتماماً - صلة بما
 تناول هنا، وذلك حيث لا يستطيع الفرد رؤية دور وجود أى عطب جسمي. ففي
 إحدى الحالات الموصوفة والمسيرة عديداً، تمت مساعدة رجل ضفافة النظر لمدة
 عامين، ولم يكن يستجيب للعلاج الخطي البصري والدوائي، ولكنه استعاد بصره عن
 طريق تعزيز استجابات صحبة لتثبيته صوبي (Brady & Lind, 1961). لقد
 أظهرت استعادة بصره اللاحقة تطبيق مبادئ سكينر Skinner في تعديل
 انسلت أن عمل منكنه نفسي كثر من كونه جسم

٥- **التنويم الصناعي^(١)**: يبدل التنويم الصناعي من حالة الشعور لدى
 الشخص وذلك استجابة لأفعال شخص آخر (أى النموذج الصناعي). وتحت مثير هذا
 الظروف قد لا يشعر الشخص بموتم بألم من شيء هو في الظروف العسية مؤلم،
 وقد ينسحب على تعليمات من النموذج ما حدث من حزن في فصل التنويم
 (أى: فقدان ذاكرة صناعي^(٢))، كما قد يأنى بأفعال هي نهاية التنويم - أوحى له بها
 النموذج خلال فترة التنويم (الإحياء بعد التنويم^(٣)). وفي حالة الإحياء بعد التنويم
 لا يعي شخص الإبه للفعل وأن مصدر السلوك هو من إبه النموذج وعلى
 الرغم من أن تفسيرات طاهره التنويم نفسي، إلا أنه ليس هناك مجال للسؤال حول
 حقيقة أنه يحدث فيه تبدل في حالات الشعور. (Bowers, 1992; Bowers &
 Woody 1996)

٦- **الاستماع تحت الشعور^(٤)**: في نسخة المسجل على مسكر^(٥) الكتاب
 سعيد السلام، الحب، والتسامح، (Peace Love and Healing) (1989)، يمد

الطبيب برني سيجل Bernie Siegel حالات لما يسموه الاستماع تحت لشعوري. وهي حالات يستطيع فيها المرضى في حالات الغيبوبة أو تحت المحرر أن يسموا حتى وهم غير واعين. وهو يرى أنه على الرغم من أن كثيرا من هؤلاء المرضى لا يتذكرون ما سمعوا؛ فإنه من الممكن أن يتأثروا به. وهو يورد خبراته الشخصية. ونك التي يوردها آخرون في المحلات الطبية ذات السمعة عن المعلومات التي سمعت على المستوى اللاشعوري، والتي تؤثر في السلوك أو الاتجاهات أو مستويات الصحة التالية. وعلى الرغم من أن هناك بعض تقارير عن تعلم معلومات أثناء النوم، فإن بعض البحوث الحديثة تتبرر شكوكا حول مثل هذه الظواهر (Wood, Bootzin, Kihlstrom, & Schacter, 1992).

٧- أن نقول أكثر مما نعرف: عندما يطلب من الأشخاص أن يقدموا أسبابا لسلوكهم؛ فإنهم يقدمون شروحا. ومع ذلك فكثيرا ما تكون شرواحهم ضعيفة الصلة بالسبب الحقيقي، حتى ولو كانوا ساعين لأن يكونوا أمناء وقرابين تماما. على سبيل المثال، إذا ما سئل عملاء عن لماذا قاموا بشراء منتج معين بالتحديد؛ فإنهم قد يقدمون أسبابا ذات معنى بالنسبة لهم، حتى ولو كان من الممكن التهربان على أن شيئا آخر تسبب في هذا الاختيار (Nisbett & Wilson, 1977). قد يقول العملاء إنهم اختاروا المنتج على أساس الاسم التجاري، بينما يمكن إثبات أن موضع المنتجات على الرفوف يسهم في هذا الاختيار. يعي البائعون جيدا أهمية تنظيم المعروضات في مساحات الأرفف، حتى ولو كان المشترين لا يضمنون هذا المعتبر شعورا- في عمليات اختيارهم لشعورية. بعدة أخرى، هناك نبرات لاشعورية حفية في قرارات الأشخاص وأحكامهم. نك أنهم غير قادرين على مراقبة بعض العمليات، والعوامل السببية الفعلية ليست حرة من العملية لشعورية لاتخاذ القرار.

٨- التشريط لون وعي^(١) أحرث دراسة، منسبه إلى حد ما، في الثلاثيات

حيث تم إجراء تشريط كلاسيكي لمبحوثين سور شعور كامل مهم بالنيهت، وهو ما سمي *براك لاشعوري* أو *براك صميا*. تعرض المبحوثون، في تلك الدراسة (Driven, 1937)، نصمة كهربيه مع الكلمة *barn* (أو حظيرة) وكتيحه، أظهر المبحوثون علامات قلقو استجابة للكلمة *barn* (أي: استجابة حل حلفانيه، وهي مؤثر نفسي لنشاط العمد العرقية)، ولكهم أيضا أظهروا العلامات نفسها مع ثلاث فئات أخرى من الكلمات: (١) الكلمة *ed* التي كانت دائما تسبق تقديم الكلمة *barn* و (٢) أي كلمة تتلو الكلمة *barn* و (٣) كل الكلمات ذات الارتباطات أو التدايعات التريفية (مثلا: تين، محراث، كلاً، خروف)، وذلك مقارنة بنقص استجابة القلق مع كلمات ذات ترابطات أو تدايعات حضرية ترتبط بالمدينة (مثلا: رصف، مترو، سيارة). بعبارة أخرى، تم تعميم استجابة القلق على تنبيهات أخرى ترتبط عن طريق التماس في الزمن أو في المعنى مع التنبيه الذي كانت تتلوه الصدمة. إن ما كان مدهشاً على نحو خاص في هذه النتيجة هو أنها كانت تحدث حتى عندما يفشل الأفراد في التعرف أن كلمة *Barn* كانت هي علامة مجيء الصدمة. بعبارة أخرى كان هناك تعميم للقلق كاستجابة لتنبيهات ذات معنى متعلق بالمنبه الأصلي، حتى عندما لم يكن الشخص واعياً بالتنبيه الشرطي الأصلي، أي ذلك الذي ارتبط بتلقيص الصدمة. هكذا يمكن، من خلال الإدراك الضمني أو اللاشعوري، أن تتكون استجابة خوف ليس لها تفسير شعوري.

وأظهرت البحوث التالية تأثيرات مشابهة. ففي إحدى التجارب كانت هناك صدمة تتلو سماع أسماء مجموعة من المدن، وهي أسماء تأتي مضمورة في مسند سمعية يتم تعميمها في الأدر غير المنبه لها، وذلك في تجربة استمع مزوج. ووحب - لذل على سحب قلق تلك تلكه ... وكنت لنسبت المرتبطه على

الرغم من أن المبحوثين لم يكونوا على وعي بالكلمات التي تتلوها الصدمات. أي يوجد دليل على حدوث تشريط دون وعي. بالإضافة لتعميم ذلك التشريط، دون وعي أيضا، على تنبيهات مرتبطة في معناها بالتنبيهات الشرطية الأصلية (Corteen & Wood, 1979).

إن هناك منحا مثيرا للاهتمام في هذا التشريط غير الشعوري، وهو أنه يمكن للتحصن أن يعي الاستجابة الانفعالية دون أن يعي أسبابها. أي يمكن أن يحبر ذلك بوصفه شعور حسي أو إحساسا حشويا يخص شيئا ما دون قراءة على تحديد أساس أو مصدر هذا الشعور هل يمكن الثقة في مثل هذه "المشاعر" أو "الأحاسيس"؟ لا يمكن توفير إجابة تناسب كل الحالات. ومع ذلك، فمن الجدير بالذكر أن هناك على الأقل سببية واحدة توفر مساندة لفكرة أن مثل هذه الأحاسيس يمكنها توجيه هديبات⁽¹⁾ قيمة. في هذه التجربة الحاصلة بالتشريط غير الواعي للخوف؛ تم تشريط المبحوثين بأن صاحبت صدمات تنبيهات معينة. هكذا وعلى الرغم من أن أي من المبحوثين لم يكن قادرا على تقديم تقرير واع عن أساس استجابة الخوف لديهم، فقد كن بعضهم حساسا لاستجاباته الحسوبة⁽²⁾ (مثل: ضربات القلب)، بينما لم يكن الآخرون كذلك. فإهل يمكن للمبحوثين الذين استطاعوا تمييز تشاخصهم لحشوية أن يستخدموا هذه الأحاسيس الغامضة ليتنبؤوا بالصدمة على الرغم من أنهم لم يتمكنوا من تعيين أساس تنبؤاتهم؟ بالفعل، وجد أن المبحوثين الذين تمكنوا من تصور ضربات قلوبهم كانوا أكثر، على التنبؤ بالصدمات التي تصاحب صبرا أو تسرك بصورة غير واعية، من هؤلاء الذين يعجزون عن استخدام الهديبات الحسوبة. بعجزه أخرى، استطاع المبحوثون أنفسهم على استخدام الهديبات الحسوبة في سعيهم هذه المعلومات على أن عجز عن عجزهم عن التعرف الشعوري على أساس

هذه التحديات. لقد وفرت لهم أحاسيسهم الغامضة معلومات لا تتحيا لهم مصادر أخرى (Katkin, Wiens, & Ohman, 2001).

وفيما وراء مثل هذه السحوت، هناك دلائل على ما يسمى بالتعلم أو التشريط بالعبرة^(٨)، حيث يترك فعل، على سبيل المثال، أحد والديه وهو يعبر عن شعور وفعال ما في مواجهة أحد التنبهات؛ فيتعلم أن يحسب الأفعال نفسه استجابة لهذا التنبه (Bandura, 1986; Mineka, Davidson, Cook & Klem, 1984) وهكذا يمكن للطفل أن يكتسب لاشعوريا استجابات خوف أو اشمزاز، بملاحظة الوالد وهو يعبر عن مثل هذه الاستجابات لتنبه محدد؛ بمعنى أن الخبرة المباشرة نفسها ليست ضرورية لحدوث عملية التشريط.

٩- العمليات الآلية (الروتينية)^(٩): يحدث كثير من الأشياء التي نفكر فيها وفعالها بصورة آلية، دون أن نبذل جهدا واعيا في العملية. كثير من هذه العمليات تعلمه في الأصل بصورة شعورية، بينما تم تعلم عمليات أخرى لاشعوريا. ومع ذلك؛ ففي أي من الحالتين، تصبح هذه العمليات آلية أو روتينية لدرجة أنها تصبح أيضا لاشعورية. من الأمثلة البارزة لمثل هذه العمليات الآلية ما نحري عند السماع فؤاد النحوي، أو عند رباط الحذاء، أو الفارس على لوحة مفاتيح الحاسبات الإلكترونية^(١٠). ورغم أننا تعلمنا أغلب قواعد النحو السليم؛ فإن أغلبنا لا يستطيع أن يذكر نص هذه القواعد، أي أنه قد تم اكتسابها لاشعوريا، وهي تبقى صمد لاشعورية. كذلك الأمر في عقبا لأربطة الأحذية أو في غرنا على نودات المفاتيح. لقد تعلمنا قواعد وكما كثيرا ما نحر عن أن نربطها - نحضر هذا يمكن أن نرى سحوت كيف ربط هذه أو كيف يعبر بوضع حرقنا - أليس كذلك؟

(١٠) على ذلك المثال - أو على لوحة مفاتيح الآلة - قد نجد بعض السحوت التي قد

أن كثير من سودسنا، بما في ذلك سوكس المتوقعة^(١)، تحدث بها أو دون وعده
وتحكم شعورين (Bragh & Ferguson, 2000).

١٠- **الكبت**: يقع مفهوم الكبت موقع القلب من نظريه التحليل النفسي. ما
يحدث في الكبت هو أن فكرة أو ذكرى مصحوبة بقلق، كانت يوماً ما شعورية، يتم
نحوئها إلى دسورية، ويتم الإلقاء عليها كك عن طريق حار حامية. كما في
الذاكرة الضمنية، فإنه قد تم تسجيل الحدث اصلاً في الشعور، ولكن، وبالمقابلة مع
الشعور السعي، فإن الكبت يمثل حاراً شطاً ضد الذكر، مما يبرر السؤال التالي:
كيف يمكن للشعور أن يعرف ما يقتصر أنه يجب ألا يعرفه؟

يقدم المحللون النفسيون أدلة إكلينيكية قوية لمساندة مفهوم الكبت، بما في ذلك
حالات عديدة لذكريات كانت قد نسيت، ولكن تم تذكرها في إطار عملية التحليل.
وكما أشرد أنفا في هذا الفصل؛ فإنه يتم حالياً رصد كثير من حالات استدعاء
خبرات مكرت مع فيها الإساءة إلى الأطفال، بما يشمل استدعاء خرائت كانت قد
نسيت لتسير بسعد. ومع ذلك كان من الصعب توصيح شعور الكبت ونزخ الكبت
في المعمل

وتم أدلة على أن الأفراد الذين يتم تصنيفهم بوصفهم "كابتين" يستوعون
ذكريات سلبية عن طفولتهم، ولديهم ذكريات عن مراحل مبكرة في حياتهم أقل من
هؤلاء الذين يتم تصنيفهم بوصفهم "غير الكابتين". (P.J. Davis & Schwartz, 1987). وهناك حالي وحيات نظير متداية بين علماء النفس حول
قابلية مفهوم الكبت لتفاء. حيث يظل البعض ملتزمين بالمفهوم كما كانت صياغته
عن طريق سحرل الفسین- بيما يرى الآخرون أن الكبت صوى على عملية
منسجية لك السس محسث في إطار الذاكرة الضمنية. (Erdelyi, 198٦; Greenwald 1992)

١١- التفكير اللاشعوري. الصمتي^(١): إلى أي مدى يستطيع الأشخاص أن يفكروا بطريقة بناءة دون أن يكونوا واعين بتفكيرهم؟ وأن يحلوا المشكلات دون أن يعوا عملياتهم الفكرية؟ وبأن تكون لديهم استبصارات إبداعية^(٢) دون أن يعوا العمليات المعرفية المتصلة؟ وينضم التفكير الضمني حلاً للمشكلات وفي غياب التفكير الشعوري (Siegler, 2000). اختبر مجموعة من علماء الجهاز العصبي^(٣)، في استكشاف يبع نمط هذه العمليات، إذا كان الأفراد يستطيعون تكوين استراتيجيات لتعظيم المكاسب وتقليل الخسائر في موقف مقامرة، وذلك قبل وعيهم بالاستراتيجية التي يستخدمونها (Bechara, Damasio, Tranel, & Damasio, 1997). ولقد وجدوا، بالفعل، أنه يمكن أن يمارس المبحوثون نوع من الحدس الصمتي مفيد وتكبي بساعدهم في إدارة رهاناتهم، وذلك قبل أن يستطيعوا توصيح استراتيجيات اتخاذهم للقرار. بعبارة أخرى، أوضحت هذه التجربة أن ثمة تعما صميا يتم. بالإضافة إلى توضيح التفكير غير الشعوري أو الصمتي؛ فقد كانت هذه الدراسة حثيثة بالإشارة لسنتين: أولاً، استخدام قياسات فسيولوجية بالإضافة للتعابير الذاتية والقياسات السلوكية (أي الرهانات). بمعنى، أن المبحوثين كانوا قادرين على أن يصدروا استجابات فسيولوجية صادقة للحدس الصمتي السابق على التكوين الشعوري لاستراتيجيات اتخاذ القرار. وعلى سبيل المثال، كان من الممكن أن يظهر أو استجاب فسيولوجية مرتفعة، تشير إلى القسوة عندما كان ينبغي لقرار سيء، هذا على الرغم من أنهم كانوا يحسبون القاعدة التي تنبئ بأن هذا القرار سيئ. بالإضافة إلى ذلك تمت مقارنته مع مجموعتين سوراء بناء مجموعة من المرضى يعانون من عطل في النحاء الجداري^(٤) حيث ظهر لدى المرضى أية حدود صممية سابقة على تكوين الاستراتيجيات الشعورية

ولم يستطع أغلب المرضى أن يكتفوا استراتيجيات شعورية، أما هؤلاء الذين كبروها فلم يكونوا قادرين على إصدار سلوكهم على أساسه. وترجع أهمية هذه الدراسة إلى أنها تمثل ندرا يسعى إلى تعريف التكوينات المحيية والعمليات العصبية المتخللة في الاداءات الشعورية وغير الشعورية

(Klein & Kihlstrom, 1998; Lieberman, Ochsner, Gilbert, & Schacter, 2001; Schacter & Badgalyan, 2001)

عرضنا إحدى ظهرة بوصفها ممثلة للعمليات اللاشعورية، وهي تحطى مدى واسعا من الظواهر. مع إكمال التداخل بين الفئات قد يقل بعض علماء النفس بعض هذه الظواهر بوصفها ممثلة وموضحة للعمليات اللاشعورية، وقد يقبل آخرون ظواهر أخرى. في هذا الخصوص، من المهم أن نعي أنه ليس هناك تعريف متفق عليه لما يشكل ظواهر لاشعورية، وليس هناك اتفاق أيضا فيما يخص كيف يجب علينا قياس هذه الظواهر. ورغم أنه إلى اليوم يوجد علماء نفس مستعدون لفرض مفهوم اللاشعور، فإن أغلبهم لا يقلل وجود مثل هذه الظواهر بحسب، بل يكون أهميتها في كثير من أوجه أداءاتنا ووظائفنا:

إن الخلاصة التي ربما تكون مزعجة للشخص العادي، هي أن التأثيرات اللاشعورية كلية للوجود⁽¹⁾ لدى البشر - من الحلي أن الأشخاص يحططون أحيانا ثم يفعلون. ومع ذلك، ففي أكثر من نصف الحالات يتأثر سلوكنا بعمليات لاشعورية، بمعنى أننا نتصرف، ثم، إذا سئلنا، نقسم تبريراتنا. (Jacoby, Toth, Lindsay, & Dehner, 1992, p. 82)

أرى أن ادعاء سطوي على معرفة نحن على غير وعي بها، كما أن مسعر. مثل جحر اسيغا في موازية رائد اتواعية، كما أن مسؤوكات منطوية شاي فعال غير مفصولة، و ربح حتى منافسة لذلك التي قصدناها
له رعد د شعور (Banc, 2001, 88).

نظرة تاريخية مختصرة

بعد عرض نماذج لطواهر ممتدة للعمليتين اللاشعورية، سسطع لبعدهم مراجعة سريعة توفر سافا لمناقشة مسائل التطور وسحب التحليل. ورغم ان الكثيرين يربطون مفهوم اللاشعور بفرويد، فمن تاريخه يرجع لما هو أقدم منه (Ellenberger, 1970; Pekala, 1991). ومع ذلك، فقد كان تشديد فرويد على لاشعور يراه محزنا لمزيج من الحوافر⁽¹⁾، الخفية والعنصرية أمرا حديدا. ثلعا لفرويد؛ كن اكتشافه لمدى التأثير الواقع علينا من قوى غير معروفة ولا يمكن التحكم بها لطمأة ثالثة وجهت لصورة الذات لدى البشر، لطمأة تلى تلك أتى بها اكتشاف كوبرنيكوس Copernicus أن الأرض ليست مركزا للكون، وتلك التى أتى بها اكتشاف دارون Darwin أن لا يوجد مستقيلين عن الأعضاء الآخرين فى المملكة الحيوانية.

وفى فترة منكزة من تاريخ علم النفس التجريبي، كن الاستبطان⁽²⁾ يستخدم بوصفه المنهج الرئيس للفحص. وكان المبحوثون فى معملى فونست Wundt وتتشير Titchener يدرّبون على ملاحظة إدراكهم، وصورهم ومشاعرهم، وذلك كحرء من دراسة الشعور التى كانت تتم. ومع صعود سلوكية واطسون Watson رفضت دراسة الشعور، وبالتالى اللاشعور، بوصفه منطقة تساؤل غير مشروعة. كان الاهتمام منصبا على السلوك، بمعنى السلوك الصريح الذى لا يتطلب تقرير ذاتيا لفظيا، والذى يمكن مشاهدته وقياسه بدرجة من الثقة بعتم عليها. وحبث كن جزء كبير من الاهتمام منصب على دراسة سلوك الحمار، كن هذك اهتمام سبب نفس بكلمات الحمار، كن من الاهتمام سافكر فى، كما كن هذك اهتمام سبب لبعدهم سافكر فى، كن من الاهتمام سافكر فى، كن من الاهتمام سافكر فى.

تحتفظ أصحاب التحليل العسي. بالطبع، باهتمامهم بالأشغال الداخلية للنفس،
 بخاصة الذهن اللاشعوري. كان هناك أيضاً بعض علماء النفس الأكاديميين، مثل
 هنري موراي Henry Murray الذين احتفظوا باهتمام بحثي وتطويري بهذه
 العمليات (الفصل الأول). لم يبدأ إجراء البحث المعظم حول العمليات اللاشعورية إلى
 أن وصلنا إلى الخمسينيات. فمن ناحية بما الاهتمام ببحوث النوم وبأهمية العمليات
 اللاشعورية في تكوين الأحلام (Fisher, 1960; Shevrin & Luborsky, 1958). ومن ناحية أخرى كانت الحركة السماء "النظرة الجديدة" ترتقي. ففي
 الأربعينيات المتأخرة، والخمسينيات المبكرة، شهدت حركة "النظرة الجديدة" على
 المدرك بوصفه مشارك نشطاً في عملية الإدراك، وليس مجرد مسجل سلبي للتيهات
 الخارجية (Bruner, 1992) بعد تبين من بعض التجارب المدهشة أنه يحدث
 تضخيم إدراكي في تقدير حجم العملات ذات القيمة الأعلى وذلك مقارنة بتقدير حجم
 العملات ذات القيمة الأقل، خاصة من جانب الأطفال الفقراء مقارنة بالأطفال الأغنياء
 (Bruner & Goodman, 1947). وتم أيضاً اكتشاف أن الأفراد يتعرفون الكلمات
 الدالة على العملات ذات القيمة الأعلى بسرعة أكبر من تعرفهم الكلمات الدالة على
 العملات ذات القيمة الأقل (Postman, Bruner & McGinnies, 1948). وأخيراً، انتسغل الباحثون من دوى النزعة الدينامية النفسية بهتاهار الفروق الفردية
 في الطرق التي تؤثر بها الاحتياجات والدوافع على الإدراك (Klein, 1951, 1954).

في الإجمال، إن ما كان يشا خلال لخمسينيات كان اهتماماً بالكيفية التي
 تتدحر بها عمليات الشخصية في الإدراك. بالإضافة إلى ذلك اهتم بعض علماء
 النفس من دوى التوجه البشري بالكيفية التي يتأثر بها ما يتم إدراكه
 باحتياجات الفرد المتمرك. والكيفية التي يمكن بها للشخص أن يحمي نفسه في

مواجهة: برال تسيهت سنده (لشعاع الإدراكي^(١)). لا أن علماء النفس الأكاديمي تقليدياً كانوا يقدرون لمثل هذه الحيو... موحى أن عيوبنا في تصميمات البحوث هي أساس لا تقوم النتائج المستحصلة إلا عليه. وبكلمات أحد المشركون في تلك الحفنة، "كن انباهتون المترمور بتتحليل النفس يتلون لتعامل مع كل مكونات الشعور بوصفها مدركة من خلال عيون يهودا"^(٢)، حيث يميز بالاشعور قبل أن يستلش للشعور، إلا أن البعاد الأكثر محافظة (أي: العدد الأعظم من علماء النفس التجريبيين الأمريكيين) لم تكن لديهم أي من هذه التعيونا (Bruner, 1992, p.781).

ثم جاءت الثورة المعرفية^(٣) (الفصل الثالث)، وما نثير الأهمه هسا هو أن الثورة المعرفية مهدت الطريق أمام عودة الاهتمام بالتفكير والشعور. ومع ذلك؛ فهي استخدمتها كمعائلة بالحاسوب اهتمام بالتفكير العقلاني^(٤)، النصابح لشعور أكثر من التفكير غير العقلاني الذي يربطه الكثيرون بالاشعور. وكانت هذه هي الحال -على الأقل- في البدايات المبكرة للثورة المعرفية، في وقت ما، عاد علماء النفس المعرفيون، كما عاد علماء الشخصية وعلم النفس الاجتماعي للاهتمام بالعمليات اللاشعورية، من منظور تحليلي وكذلك من منظور معالجة المعلومات^(٥). لقد نما مثل هذا الاهتمام إلى درجة أنه، وبكلمات أحد ثقاء المجال: "بعد مائة عام من الإهمال والشك والإحباط؛ تمكنت العمليات اللاشعورية الآن بحسم من موقعها في تعقل الجمعي لعلماء النفس" (Kihlstrom, 1992, p.788).

ونظراً لذلك مسبل كثيرة عالمة فما حصص فيمد لتعابيات اللاشعورية ومع ذلك، وكما أشرنا انها، فإن ما يبقى خارج نطاق الاختلاف هو أهمية مثل هذه

(١) Perceptual Defense (١)

(٢) Judas Eyes (٢) وهذا الترميز يربط بين المسيح المسمى إرثار عدده شعور في علم عافية حائلة وترتيب للو هي، ما يوقع اشعور في احشاء فداة (المترجم)

Cognitive (٣)

Rational Thinking (٤)

Information Processing (٥)

العمليات. سوف نناقش في القسم التالي منحنيين لدراسة هذه الظواهر: التحليل النفسي والمعالجة المعرفية للمعلومات. ويتفق أثناع كلا المنحنيين على مسألة وجود العمليات اللاشعورية، ولكنهم يختلفون على الكيفية التي تعمل بها هكذا، فبينما يستخلص ويستر (Westen) على سبيل المثال، وهو من انصار نظرية التحليل النفسي، أن: "قويدي كان صائب في معظم فرصه الأساسية، أي أن كثيرا من حيسنا العقلية لاشعوري، بما في ذلك التفكير، والمشاعر، والدافعية" (1998، p.344)؛ فإن كيلستروم (Kihlstrom, 1999) وهو ناقد للنظرية يستخلص أن "الحديث في المعرفة وفي اللاشعور المعرفي لا يبرأ أي شيء كان لقويدي، وهذه هي الحال بصا للبحث الحديث في الانفعالات وفي اللاشعور الانفعالي" (p. 430).

اللاشعور الدينامي في التحليل النفسي

سعود هنا لتعامل تفصيل أكبر مع مفهوم اللاشعور كما قام فرويد بتراسته ونظريته. يبقى هذا المفهوم إلى يومنا هذا حجر أساس في نظرية التحليل النفسي، بل زعم كين هو "الحجر الأساسي" لتبع لنظرية التحليل النفسي؛ يمكن وصف الحياة النفسية من خلال الإشارة للمستويات (والمفاهيم والمصطلحات التي تحددنا) التي تكون عليها في وعينا بالظواهر: الشعور بشير إلى طواهر نعيشها في لحظة معينة، فالاشعور⁽¹⁾ يشير إلى الظواهر التي سنطيع ان نعيشها إذا انتبها لها. فالاشعور لا يشير إلى الظواهر التي لا نعيشها والتي لا نستطيع ان نعيشها في شكل طرف حاسة. بالتسبة لما كان ذا اهتمام بالنسبة لقويدي، فقد كتب لاشعور "لا يمكن حاسمة؛ لا يسعى التحليل النفسي ولا يحجز شيب أكثر من اهتمام لاشعور الحياة النفسية" (Freud, 1924, p. 307).

ومن المهم ان يعرف لعرق بين قل شعور و للاشعور ، فبما نرح طواهر
 فنر اشعور للاشعور وانوعى اذا اسهب لها؛ فنر طواهر الاشعور بصلب طره ف
 حصه لكى تصل لمسوى اشعور . ان اسعر فى هذه اسطحة كى نهد تفكر
 وليس بى فعلت بالاسر، ومع ذلك فى ذلك سى فعلته بالاسر موجه فى قل-
 شعورى، وهو متاح لشعورى إذا وجهت انتباهى تلك النوحية هيك ذكرىب اخرى
 مخزنة فى لاشعورى وليست متاحة لشعورى، حتى ولو وجهت نقسهاى انسى
 الماضى، إلا إذا تم توفير ظروف خاصة تحفف من الحاجر المعوق لاسدعاء تلك
 التجارب. بالنسبة لفرود، وخاصة فى السنوات الأولى للتحليل النفسى، كان كثر
 من جهد العلاج موجه لجعل اللاشعورى شعورياً. هكذا كان استدعاء السذكريات
 القديمة عنصراً من عنصر العملية العلاجية.

يعرف اللاشعور، الذى يؤكد فرويد والمحللون المعاصرون، بأنه اللاشعور
 الدينامى، وهناك ثلاث خصائص مرتبطة به، هى: ان عمليات اللاشعور مختلفة
 كئيب عن عمليات الشعور. فبينما تكون عملياتنا المعرفية الوعية عقلانية بشكل
 عام، وتعمل وفقاً لقواعد المنطق؛ فإنه كثيراً ما تكون عملياتنا اللاشعورية غير
 منطقية. تنعا لنظرية التحليل النفسى؛ فإن أى شىء ممكن وفقاً لقواعد تسغيل
 اللاشعور. فعلى سبيل المثال، يمكن للمضادات أو المتناقضات ان نعننى الشىء
 نفسه، يمكن أن تحتلط احدث من أحقاب مختلفة وتتواجد معاً، وبمكر أن تحتنع
 الأماكن المتباعدة، كما يمكن للأشياء الكبيرة أن تدخل أو تسكن فى لمساحات
 الصغيرة. وتنعا لهذه النظرية؛ نحن نرى فعل ووظيفة اللاشعور فى الأحلام ونسى
 زلات اللسان^(١) وفى التفكير النهائى^(٢) وفى الأعمال الفنية المرمرية ونسى معسر
 جوانب تفكير الأطفال.

اللاشعور الفرويدي: يؤكد

اللاشعور الفرويدي الشروح الدافعية

لظواهر من قبيل زلات اللسان.



تعليق بديل للمترجم: فعلا السد عن النساء عيمة؛ لذلك فإن دائما ما ارب

في التحرش بهن، أقصد تحاشيهن.

ثمة جانب مهم من اللاشعور الدينامي، وهو أنه يحتوي على رغبات وخواطر ودوافع، بعبارة أخرى هناك مكون دافعي في محتويات اللاشعور. تنبع لنظرية التحليل النفسي، فإن محتويات اللاشعور الدينامي تصبغ دائما للتعبير عن نفسها، ولا يفصلها عن الوعي إلا عملها في ما يستتبه الحجاب الحامي. تمثل الدفاعات^(١) هذا الحجاب الحامي الذي يمنع محتويات اللاشعور من الوصول للوعي. من هذه الدفاعات، كالكت على سبيل المثال، من عصب لاشعورية، بعبارة أخرى، من كلا من محتويات اللاشعور، والعنيدات التي تقوم به الدفاعات لتحفظ بهذه لمحتويات لاشعورية، كلاهما غير متاح للوعي. إن هذا مما يثير السؤال حصول كيف يمكن أن نعي ندحة تدافع ضد شيء ما دون أن نكون واعين بما هو الذي يدافع عنه. كيف يمكن لتحتل أن يعي شيئا لدافع صده، دون أن يصل هذا الوعي لمستوى الشعور؟ سوف نعود لهذا السؤال فيما بعد.

Defenses (١)

وأخيراً، يرتبط بها الوجه الذي للشعور، أن اللاشعور ملىء بالصراعات (Shevin, 1992). وتبعاً للنظرية، فإن صراعات كتلك التي توجد بين رغبتي أو بين رغبة و خوف هي عناصر مهمة لحياة اللاشعور

في الإجمال، وتعا لفرويد، فإن قطاعات كثيرة من الحياة النفسية لاشعورية وتعمل تبعاً لمبادئ مختلفة عن مبادئ الحياة الشعورية. ويمكن النظر لتعاملات اللاشعورية بوصفها دينامية بمعنى أنها تعبير عن التفاعل الداخلي الذي يتم بين مختلف القوى، إما في إطار الصراعات داخل اللاشعور نفسه (مثلاً: بين الرغبات والخوف)، أو في إطار الضغط الذي يمارسه اللاشعور ضد الحجاب الحلمي الذي تكوّنه الدفاعات.

سبقت الإشارة في الفصل الأول، استعمل فرويد الفحوص الإكلينيكية لدراسة العمليات اللاشعورية. كان مهتماً، على نحو خاص، بعمل العمليات اللاشعورية في الأحلام وفي الأعراض النفسية المرضية. لقد طرّح فرويد لتحليل الأحلام بوصفه "الطريق الملكي" لفهم اللاشعور. وكان أكثر اهتماماً بوصف ظواهر اللاشعور، وفهم الأعراض النفسية بوصفها تعبيرات عن اللاشعور من اهتمامه بصيغة تعريف مفهوم عظمى. وكثيراً ما كان يوصفه لأعمال اللاشعور طريقتين محاربة. كما كان يتحدث - مثلاً - عن "اللاشعور" أو يقول به "تعبيراً قوى محبوبة بالأمثلة إلى ذلك كان فرويد مبهراً بمشاهداته الإكلينيكية لدرجة أنه لم يشعر بالحاجة للتوثيق التحريبي وعدم كفاية نفس أمركي إلى فرد - عن دليل تحريبي - توصل إليه يصاد فكرة السيزان الذهني. شجعه فرويد بأن، ولكنه أشار إلى أن المفهوم لا ينضج مثل هذا النيل التحريبي (Rosen/Weig, 1941)

إن، هل هناك دلالة تحريبية تشارك مفهوم اللاشعور "ببعض" استطاع ... مع بدايات الجهود التحريبية في هذا الصدد وصولاً إلى عمل ل. بيريز (1941)

(Poetzl, 1917) وهو عالم من فيها من المتخصصين في علم النفس اعصابي، حيث أجرى الدراسة التحريية الكلاسيكية عن آثار التنبهات اللاشعورية على الأداء النفسي (Ionescu & Erdelyi, 1992; Shevlin, 1992). وقم بويتزل، الذي كان متأثراً بفرويد، للمبحوثين تنبيهات مصورة على مستوى تحت الإدراك الشعوري. بعبارة أخرى، لم يكن المبحوثون قادرين على تقرير محتويات التنبيهات المصورة. كان يطلب من المبحوثين، في اليوم التالي، أن يحكوا عن أحلامهم في الليلة السابقة وأن يرسموا عناصرها. وتوصل إلى أن عناصر التنبيهات المصورة التي لم يمكن تقريرها وقت عرضها على الأفراد وجدت طريقها في أحلامهم. بمعنى أن ما لم يمكن تقريره بوصفه مدركاً لم يتم إدراكه قام بالتأثير في مضامين أحلام ذلك المساء.

ورغم من أنه لم يهتم عمل بويتزل لسنوات عديدة؛ فإن المحللين ذوي التوجهات التجريبية عادوا ليروا فيه إسهاماً مهماً. وكانت هذه الجهود اللاحقة جزءاً من "النظرة الحديثة" للإدراك في الأربعينيات والخمسينيات والتي أشرنا إليها في النظرة التاريخية. وتم تكرار نتائج بويتزل والامتداد بها إلى مواضيع التذاعى الحر والإدراك. بمعنى أنه وجد أن التنبيهات التي لا تدرك شعورياً تؤثر على التذاعيات الحرة والإدراكات. ووجد أيضاً أن المبحوثين لديهم حاجة للأحلام؛ فإذا أوقفوا أثناء النوم لحلم ظهرت لديهم محاولة تعويض الصانع من رمن الحلم (Fisher, 1965, 1956). وفسرت هذه النتائج بوصفها تدعم فكرة فرويد عن أن وظيفة الحلم هي الحفاظ على النوم بتحويل الأفكار التي يمكنها أن توفد النائم إلى صور رمزية، هذا رغم أنه كان من الممكن تفسير هذه النتائج نفسها من منظور آخر.

كما أثرت نتائج بويتزل على العمل في مجالي الإدراك تحت الشعوري، والافواع الإدراكي. (1) وإذا كان البحث المبكر في الإدراك تحت الشعوري في إطار

الرغبات المهددة- ان تثير المواد المقدمة تحت - شعوريا (تحت عتبة التعرف الشعوري) صراعات لاشعورية، ومن ثم ترفع من حدة الاضطراب النفسي. أما في حالة الرغبات المخفية من القلق؛ فإن الموقع أن تحف المواد المقدمة من الصراع اللاشعوري، ومن ثم تفل من الاضطراب النفسي. إن المفاح في الحالين كليهما، هو إمكان التوقع المسبق لأثر كل من المحتوى المرعج او المريح لمختلف مجموعات لمحتويين على أساس نظرية التحليل النفسي، وأن الأثر لا تحدث إلا عندما تترك النسيجات تحت- شعوريا أو لاشعوريا.

ويمكن ان يتناول هنا ثلاث مجموعات من البحوث. تركز الأولى على استئارة رغبت ايجابية، مخفية للقلق (Silverman & Weinberger, 1985). تتأسس هذه الدراسات على النظرة التحليلية التي تشير إلى أن كثيرا من البشر، وخاصة المرضى، لديهم رغبات للامتزاج أو التوحد بالأم الطيبة التي عاشوها في طفولتهم (معنى: الأم المريحة، الحامية، المعنوية). وفي بحث كاسف ثم تقديم المعنوية (أنا وأمي شخص واحد) طريقة تحت شعورية لمرضى فصاميي. إن التصور هو أنه لدى هؤلاء الأفراد رغبات قوية للامتزاج بما يمثل الأم الطيبة ومن ثم سيحدثون مثل هذه الرسالة سارة⁽¹⁾ أو مخفية للقلق. ويتم مقارنة آثار هذه الرسائل بآثار رسائل أخرى محايدة من قبيل (الأشخاص يمشون)، وفي بعض الحالات يتم أيضا تقديم تحت شعوري لرسائل مهددة من قبيل (أمي غادرت). ويشير البحث حتى الآن إلى أن تقديم رسالة (أنا وأمي شخص واحد) لاشعوريا لهؤلاء المرضى يقلل بالفعل من مزاجهم، ويدفع تقدمهم في الموقف العلاجية والرب به في الأمام (Weinberger, 1992).

نعرض هنا لأخبار لفئة أوسع، هي تعمل لدى هؤلاء في خوف الطفل الصغير من الإحصاء الذي يمكن ان يمارسه والده عليه نهضة لرغبات الطفل

في أمه، وهي رغبات مدفونة لأبيه. لقد قُمت في هذا البحث أيضاً بتبديد حث- شعورية للمحوتين. ثم تصميم هذه التنبيهات بحيث تُنشط الصراع اللامعورية ثم: إما أن تكثف أو تخفف من هذه الصراعات. كان النية لدى تم اختياره لتكثيف عقدة أوديب هو (من الخطأ أن أضرب أبي)، بينما تم اختيار التنبيه (لا بأس من أن أضرب أبي) لتخفيف هذا الصراع. كما تم تقديم عدد آخر من التنبيهات مثل التنبيه المحاي (الناس يمشون).

الجدول ٧-١

الصراع الأوديبي والأداء التنافسي

تشير النتائج إلى أن الاستجابة اللاشعورية للصراع الأوديبي (خطأ أن أضرب أبي) بمحس أن تدخل مع الأداء للتنافسي، بينما يمكن لتخفيف اللاشعوري من هذه الصراعات (لا بأس من أن أضرب أبي) أن يدعم ويعزز الأداء التنافسي

الأشخاص يمشون	لا بأس من أن أضرب أبي	من الخطأ أضرب أبي	نتائج مسابقة الرماية
٥٣٩,٠	٤٤٢,٣	٤٤٣,٧	تقديم التنبيهات الثلاثة بالعارض السريع
٤٤٦,٣	٥٣٣,٣	٣٤٩,٠	لمنوسط قبل تقديم التنبيه
١٣,٣	+ ٩١,٠	- ٩٤,٧	لمنوسط بعد تقديم التنبيه
			الفرق

شعوري

Partial results adapted from "Simple Research Paradigm for Demonstrating Subliminal Psychodynamic Activation: Effects of Oedipal Stimuli of Dart Throwing Accuracy in College Men" by L. H. Silverman, D. L. Ross, J. M. Adler and D. A. Lusing, 1978, *Journal of Abnormal Psychology*, 87, p. 346. Copyright 1978 by the American Psychological Association. Adapted by Permission.

ويتم اختيار أداء المبحوثين في مصادفة باستخدام لعبة رمي السهام الصغيرة ذات الرية^(١) قبل أن تقدم لهم التنبهات تحت-الشعورية. ثم يتم قياس أدائهم على هذه المصادفة مرة أخرى بعد تقديم إحدى الرسائل الثلاث. كان التوقع، بناءً على نظرية التحليل النفسي، هو أن الرسالة (من الخطأ أن أضرب أبي) سوف تكثف الصراعات الأوديبية ومن ثم تؤدي إلى انخفاض في الأداء على اللعبة، بينما يتوقع أن تحفّز الرسالة (لا بأس من أن أضرب أبي) من حدة هذه الصراعات؛ ومن ثم تؤدي إلى تحسن في الأداء. أما الرسالة المحايدة فقد كان المتوقع هو ألا يكون لها أي تأثير على الأداء. وكما يشير الجدول ٧-١؛ فإن هذا هو بالضبط ما أوضحته النتائج (Silverman, Ross, Adler, & Lusting, 1978).

تجدر الإشارة إلى عدة نقاط إضافية حول هذا البحث، فأولاً لم يتم الحصول على النتائج نفسها عندما كان يتم تقديم الرسائل فوق عتبة الشعور. بل كان يبدو أن تثبيط الدينامي النفسي يعمل على المستوى اللاشعوري لا المستوى الشعوري. وثانياً كان على التنبهات التجريبية أن ترتبط بالحالة الدافعية^(٢) للمبحوثين، وكان على الاستجابة المفيسة أن تكون حساسة للتغيرات في هذه الحالة الدافعية. في حالتنا هذه، تم أولاً "تحميد" المبحوثين بصور وحكايات تحتوي على مضمون أوديبى، ثم يتم تقديم لعبة رماية سهام بطريقة تتضمن بعداً تنافسياً. في الإحمال، وكان المبحوثون يُشحنون لمستوى مرتفع من الدافعية التنافسية، وكانت التنبهات المقدمة تحت-شعورياً مرتبطة بهذه الدافعية، وقد عكس قياس الأداء التغيرات في هذه الدافعية.

مرة أخرى، يتضمن البحث الثالث تثبيط للصراعات وملاحظة التأثير على السلوك المرتبطة به. وفي مقابل النحوت السابقة، تم هنا مقارنة مجموعتين

(١) (Harpur, 1978) لعبة رمي سهام صغيرة حجم القلم على لوحة مسطحة مربعة على الخشب (الجدول ٧-١)

(٢) Motivation, L. Stokols

مختلفه بصريه دائلة نظريا، إذ تمت مقارنة سبعة سويّات بسعاء يعانين من اضطرابات أكل^(١)، وذلك فيما يتعلق بعدد قطع البسكوب التي ستأكلها كل منهن بعد التعرض لتنبيهات تحت-شعورية (أى بسرعة ٤مللي ثانية) وهى الرسائل الثلاث التالية: (أمى ستركنى، أمى حتسلفه، متنى حتسلفه، على التوالى). وعلى اسرغم من أنه كر بقل للمبحوثات اثنى مشاركات فى احتسابات للتمييز البصري والتوقى، فن الحقيقة هى أن الدراسة كان مصممة لاحتسار الفرص الأقل إن المبحوثات اللاتى يعانين من اضطرابات أكل سيرس من أكلين استجابة للرسالة (أمى ستركنى) بالمقارنة بالمحوثات الأخريات والرسائل الأخرى. وكما يشير الجدول رقم ٧-٢؛ فإن الرسالة الحاسمة أثرت على سلوك الأكل فقط عند المجموعة التى تعانى من اضطرابات فى سلوك الأكل. بالإضافة إلى ذلك، فإن هذا الأثر كان يغيب عندما كانت التنبهات تعرض فوق حد عتبة الشعور (٢٠٠ مللي ثانية) (Patton, 1992).

من نظرية التحليل النفسى. وإلى الآن توجد حوالى ١٠٠ دراسة تقرر فى الإجماع مساندة نتائجها للنظرية ولوجود هذه الآثار. فى الوقت نفسه نطل النتائج غير متفق عليها، سواء داخل نواتر التحليل النفسى أو خارجها (Balay & Shevrin, 1988). يقع جزء من المشكلة فى أن النتائج لم تكن دائما قابلة للتكرار، رغم أن إحدى المراجعات القريبة للجهود المنشورة توحى بأن ثمة حملا كبيرا من الأدلة تساند فكرة وجود هذه الآثار. ونعنا لهذه المراجعة: "فإن السب فى نعرض الدراسات لثلاث لتأثير التشط الدينامى النفسى تحت-الشعورى، فى إطار مستند أن العمر غير متفق عليه، وفى جزءا كبيرا منه فبطر كذلك، هو أنه لا يبدو متفقاً مع علم نفس الأكاديمى بوضعه الحالى^(٢)، بل ربما كانت لديه كسب نكهة السحر". (J.Wenberger, 1992, p.176)

(١) Eating Disorders

(٢) الذى يؤك على أهية-امتد عده، لمتاح، وعرجية غير محشف للودع والفت (مراجع)

جدول ٧-٢

عدد البسكويتات المأكولة بعد التعرض للرسائل

تفسير البيانات إنى أن الاستثارة اللاشعورية للقلق (أى ستركنى - أى ميللى : مثلية شديدة) عند المشاركات اللاتي يعانين من اضطرابات أكل يمكنها أن تؤدي إلى زيادة في نشاط الأكل. لا تظهر هذه الآثار مع المشاركات اللاتى لا يعانين من اضطرابات أكل، ولا عندما تقدم التنبيهات فوق حد عتبة الإثارة الشعورية (٢٠٠ ميللى ثانية).

أى ستركنى	أى ميللى	أى ستركنى
١٩,٤٠ (ع = ٥,٤٨)	٨,٢٠ (ع = ٢,٥٦)	مشاركات مع اضطرابات أكل
٩,٦٠ (ع = ٣,٤١)	٩,٥٦ (ع = ٣,٢٠)	: ميللى ثانية (ن = ١٠)
		٢٠٠ ميللى ثانية (ن = ١٠)
١,٥٠ (ع = ١,٥٧)	٨,٢٠ (ع = ٢,٩١)	مشاركات بدون اضطرابات أكل
٨,٥٠ (ع = ٣,١)	٨,٦٠ (ع = ٢,٨٤)	: ميللى ثانية (ن = ١٠)
		٢٠٠ ميللى ثانية (ن = ١٠)

المصدر:

"What Does It All Mean?," by J. S. Masling, 1992, in R. F. Bornstein and T. S. Pittman (Eds.), *Perception Without Awareness*, 266. New York: Guilford. Adapted from "Fear of Abandonment and Binge Eating" by C. I. Patton, 1992, *Journal of Nervous and Mental Disease*, 180, pp. 484-490. Reprinted by permission of Guilford Publications, Inc.

أدلة على الآليات الدفاعية:

مفهوم الدفاع مفهوم جوهري للنفسية نظرية التحليل النفسي. وتبعاً للنظرية في الآليات الدفاعية هي وحدها يستخدمها الأشخاص لتخفيف القلق مما ينتج عنه انقضاء بعض الأفكار والمشاعر المرتبطة بالقلق عن الوعي. وتعمل هذه الدوافع على إبقاء الأفكار والمشاعر خارج نطاق الوعي، كما أن الدوافع تعب شعورية - معنى أن الشخص لا يقرر معاً على شعوراته - فاعل من

نفسه في مواجهة القلق. والانسقاط (أي عرو الشخص لدوافعه أو رغباته أو سماته غير المقبولة للآخرين) هو من الدفاعات القادرة على توضيح هذا الأمر. كذلك هناك دفاع 'الإنكار' (أي إنكار الواقع الداخلي والخارجي المؤلم وإبعاده والاحتفاظ به بعيداً عن الوعي). ويمكن لعرو العنف أو الرغبات الجنسية المرفوضة، إلى الآخرين دون الذات، أن يوضح لنا الإنسقاط (Adams, Wright & Lohr, 1996). ومن الأمثلة الموضحة للإنكار ما وصفت به والدة الرئيس الأمريكي السابق "كلينتون" كيفية تعاملها مع المذائد: 'عندما تحدث أشياء سيئة أقوم بعملية غسل لمحي لأضعها خارج ذهني. وأقوم ببناء صندوق محكم الإغلاق في رأسي. أحفظ في داخله ما أريد التفكير فيه، ويبقى كل شيء آخر خارج أسواره. السداخل أبيض والخارج أسود. إن الرمادي الوحيد الذي أبق فيه هو تلك الخطوط الموحدة في شعري' (The New York Times, August 18, 1998, p.A12). على الرغم من أنها تعي أنها تجعل ذلك بشكل عام، فمن المفترض أنها لا تعي الظروف الخاصة التي تستخدم فيها الإنكار. يظهر الإنكار بشكل خاص عند صدمتي الكحوليات التي يتكرون كميات الكحول التي يشربونها، ويتكرونها شربهم خارج عن سيطرتهم.

أخرى نيومان وداف وبومبايستر (Newman, Duff and Baumeister, 1997) سلسلة دراسات مثيرة للاهتمام عن دفاع الإنسقاط. كانت المسألة المطروحة هي إذا كنز الأشخاص يرون في الآخرين السمات الذميمة التي يربونها في أنفسهم ويخفون ويשמرون منها أكثر من أي شيء آخر. في الأجمال، وجدت سبت دراسات -لاشعري أو بحالة هي كذلك بالفعل- على سبيل المثال قرنتس إحدى الدراسات معجوز لم يجد هذه سماتهم كإثنين 'أو دفاعيين' (أخري- عي

كابيتير^(١)، وذلك بحث مدى ترجيح أن يرى الشخص سمات في الآخرين كالقد
أشهر على سبيل تمثيلها. في اختبار وضع خصيصاً لهذا الهدف، بوصفها كريبية
تماماً، ومن ثم يقرر أن تكون مهددة. وكانت السمات الأكثر تهديداً هي وصيغ،
شريد، غير طيب، بغير، كسول، أناني. وقرأ المبحوثون مقاطع نصف سلوكيات
غامضة، ثم سئلوا أن يعطوا تقديرات للسلوكيات في علاقتها سمات متتالية، بعضها
كان المعصوص قد حدده بأنه من الصفات الكريبية، وبعضها الآخر لم يكن حدده
كذلك. كان الكابيتير - بالمقارنة مع الكابيتير - أمراً بشكل دال لأر يستخلصوا أن
السلوك العاظم للآخرين بعكس سمات مكروهة اجتماعياً عندما كانت هذه السمات
مهددة بشكل شخصي (الجدول ١-٣). عموماً لم يميل الكابيتير أكثر من غيرهم لأن
يروا الأسوأ في الآخرين. أي أنهم أسقطوا السمات الأسوأ على الآخرين فقط عندما
كانت هذه السمات تهددهم شخصياً. بالإضافة إلى ذلك، أشارت تجارب أخرى إلى
أن الكابيتير يحاولون أن يفكروا بأقل درجة ممكنة في كيف يمكن أن تكون لهم
صفات كريبية، ويميلون إلى تصديق أنه ليست لديهم هذه الصفات: 'بعبارة أخرى،
لم يبد أن الكابيتير، الذين قرروا أنهم لا يحبون الكسل والأنانية، يتفادون التفكير في
أنانيتهم وكسلهم الشخصيين وحسب، بل إنهم حين يسألون أن يصفوا أنفسهم يرجح
أن يصفوا أنفسهم بأنهم مجتهدون وكرماء' (p. 988). وأخيراً، هناك دلائل
على أن الكابيتير لديهم صعوبة خاصة في محاولة استعادة أحداث حياتهم المرتبطة
بسماتهم الشخصية غير المرغوبة.

جدول ٣-٧

تفسيرات الكائنات وعبر الكائنات للسلوكيات الغامضة، في علاقتها بالسمات التي تم تحديدها فريدنيا بوصفها مهنة، في الدراسة ٣

السمات المتعلقة غير المحببة				السمة
غير مهتدة		مهتدة		
متوسط	انحراف معياري	متوسط	انحراف معياري	
١,٠٧	٣,٠٧	٠,٩٨	٣,٢١	غير الكائنات
٠,٧٨	٣,٤٦	١,٠٥	٢,٤٦	كائنات

ملحوظة: الدرجات الأقل تعني المزيد من الأوصاف السلبية.

ويعد الكتب من أكثر الآليات الدفاعية مركزيةً لنظرية التحليل النفسي، وهي تلقى أكبر قدر من تصديق الإراء حولها. ويتخذ المفهوم أهمية متزايدة في المجتمع اليوم بزيادة تقارير لحالات نسي استعادة فيها الذاكرة عن الحرات المنسية التي حدثت فيها إساءات حسة مكر (Loftus, 1993). عند هذه النقطة هناك دليل يوحى بوجود الكبد، ولا يمكن للمرء هنا ذكر الدليل الإكلينيكي وحسب، بل ودليلين تجريبيين أيضاً. فأولاً، حسبه للظاهرة المعروفة باسم الذاكرة المعتمدة على الحالة^(١)، يستطيع الأشخاص استعادة ذكريات الأحداث التي كانت قد نسيت عندما يكونون في الحالة المزاجية نفسها التي كانوا عليها في وقت الخبرة الأصلية (Bower, 1981). بعبارة أخرى، يمكن استعادة الذكريات التي اكتسبت في حالة مزاجية معينة فقط عندما يكون المرء في الحالة المزاجية نفسها في أوقات لاحقة، والا فاده لا يستطيع أن يسندعها. مثل هذه الظاهرة تثير الاهتمام لأن بعض الانفعالات التي تشا خلال العلاج بالتحليل النفسي يمكنها أن تفتح استعادة مثل هذه الذكريات المعتمدة على لحاة.

(١) State-Dependent Memory (١)

يتضمن المسار الثاني من الأدلة التجريبية المؤيدة لمفهوم انكبت فحصاً لفروق الفردية لأشخاص مرتفعين ومنخفضين على مقاييس الكبت. وكما أشرنا إليه، هناك دلائل على أن الكابتين يستدعون انفعالات سلبية من الطفولة بدرجة أقل من غير الكابتين، كما أن ذكرياتهم المبكرة السلبية أيضاً ترجع لسن أكبر من تلك التي ترجع إليها ذكريات غير الكابتين (P. J. Davis & Schwartz, 1987). في الوقت نفسه يجب أن يكون واضحاً أنه إلى الآن لا توجد حصيلة قوية من الأدلة التجريبية التي تختبر عنصرين محوريين في مفهوم التحليل النفسي عن الكبت، هما: أن السيان مدفوع بتخفيف القلق، وأن الحاحر أمام الاستعلاء يتم بزعه في ضرر ظروف خاصة يمكن التدليل عليها (Caprara & Cervone, 2000). للأسف؛ فإنه يصعب تماماً إعادة إنتاج الظروف اللازمة لتكرار المشاهدات الإكلينيكية عن انكبت تدريجياً في المعمل. من ثم؛ يبقى المفهوم موضع خلاف خارج دوائر التحليل النفسي. وأخيراً، ليس هناك منهج معروف لتقييم مصداقية الذكريات المستعادة، سواء كانت إساءات جنسية أو أي أحداث أخرى.

ظل مفهوم الآليات الدفاعية موضعاً للخلاف خارج التحليل النفسي، خاصة مفهوم الكبت. ومع ذلك، تدعم المراجعات الأحدث، بما في ذلك تلك التي يجربها بعض علماء الشخصية وعلم النفس الاجتماعي الذين لا يتفقون مع أفكار التحليل النفسي، تدعم هذه المعالجات المفهوم بشكل ما (Cramer & Davidson, 1998). على سبيل المثال، تستخلص إحدى مراجعات التراث الخاص بالآليات الدفاعية النفسية من: "من المثير أن نلاحظ كيف تؤكد النتائج الحديثة في علم النفس الاجتماعي، والتي يتم استخراجها، غالباً، عن طريق التجارب العملية المصطنعة، مع طلاب أمريكيين متكيفين بكفاءة، نقول من المثير أن نرى كيف تؤكد حكمة نظرية فرويد التي أتت في معظمها عن أساليب الملاحظة غير منظمة في دروسين لعساء عتلياً من حوالي قرن مضى" (Baumeister, Dale & Sommer, 1998).

1115 (1) مسألة هذه الدراسات تضمنت أيضاً مع طرائق سكرتير استعادة

في مقال الدراسات الإكسبيريكية التي تتم على مرضى هي مسألة حديرة بالملاحظة على نحو خاص وبصورة أكثر عمومية، هناك دلائل جوهرية على أن الأشخاص يستخدمون كثيرًا عمليات تنطوي على حاد ذات. وذلك للمحافظة على رؤية مرغوبة لهذه الذات. من الأمثلة البارزة والموضحة لعمليات الخداع الذاتي هذه أن يعمل الشخص أن ينسب إليه الحاح ويحصل على عائده، وأن يكون الظروف الخارجية وبحملها مسئولية القتل، وأن يعمل النمر الأدلة التي تضعه في وضع إيجابي، وأن يرفض تلك التي تضعه في موقف سلبي، وأخيرًا الميل إلى التقليل بقدرة الإمكان من العائد السيئ. ولكنه ينفى منتظرًا الثناء والإطراء (Baumeister. 1998)

شرح اللاشعور الدينامي

قبل أن تنتقل إلى النظرة المعرفية، نظرة معالجة المعلومات للعمليات اللاشعورية، لنرجع إلى السؤال الجوهري الخاص باللاشعور التحليلي النفسي. الدينامي كيف يمكن للذات أن تعرف لاشعوريا ما يفترض منه ألا يعرفه؟ إن أفعال القوى المتعاقبة جوهرية بالنسبة للنظرة الدينامية للاشعور، وعلى الأخص الصراع بين العمليات المضاعطة في اتجاه التعبير والوعي (مثلاً: الرغبات) وتلك التي تضغط في اتجاه إبقاء الأفكار والمشاعر والرغبات المهددة بعيدة عن الوعي. كيف يمكن لعمليات لاشعورية أن تعمل في مواجهة عمليات لاشعورية أخرى؟ كيف يمكننا أن نعي "لاشعوريا فكرة أو رغبة بحيث نسمعها من الوصول إلى الشعور"

بصريح فريد مثل هذه العملية مشككة فقط إذا افترضنا مسبقاً - لا شعور وشعور. ومع ذلك، يمكننا أن نعالج هذه المشكلة إذا كنا على استعداد لقبول بكار وجود مستويات متعددة للوعي (Bowers. 1992). بعبارة أخرى، يمكن لبعض العمليات اللاشعورية أن تعمل على مستوى يات لاشعورية أعمق من عمليات أخرى على مستوى أعلى من تلك العمليات التي تقع على مستوى أعلى من ذلك.

فانه يمكنها ان تمارس بعض الصبب والنحكم في تلك نلى تقع على مستويات عمق. وهكذا يمكن أن تكون عمليات الدفاعية، كذلك، على مستوى اقل عمق فى اللاشعور وتمارس تحكما فى الذكريات والأفكر والرعات التى هى أكثر لاشعورية. وكما أن هناك مستويات متباينة من الوعى (بمعنى الشعور وفيل الشعور)، يمكن أن تكون هناك مستويات متباينة من اللاشعور.

أذكر هنا مريضين. حضر الأول للعلاج، لأنه شعر أنه نم يكن على اتصال كاف بمشاعره. وفى مسار العلاج، أصبح على وعى بأنه عندما يبدأ فى معايشة مشاعر معينة، كالغضب مثلاً، فإنه يشعر مباشرة بالتوتر. وتذكر أنه عندما كان طفلاً كانت مشاعر الغضب تؤدي به مباشرة إلى خطر أو تهيب بالهجر عندئذ قرر أنه من الافضل ألا يشعر بالغضب. كان الأمر كما لو أنه كلما بدأ يشعر بالغضب، قال لنفسه: "لا أشعر بهذه الطريقة ولا تتعرف هذه المشاعر". وبدأ كل هذا يحدث بسرعة، وبصبح أكثر اليه بحيث إنه مع مرور الوقت لم يعد يعى أنه يفعل ذلك. وأصبح الآن يدافع لاشعوريا ضد ما لا يعيه. فى الحقيقة، كانت هناك مرات فى العلاج أصابه فيها شعور سريع التلاشى بالغضب، ولكنه لم يكن يعيه. ومع ذلك كان وجهه وحجمه يعبران عن شعوره. وعندما طلب منه أن ينته ويصغى لما كان يحدث، أصبح واعياً بالشعور سريع التلاشى الذى كان قد "قرر" أن يمرره ويتجاهله. مرة أخرى، حدث كل هذا بسرعة شديدة لدرجة أنه لم يكن حنى واعياً بما كان يفعل (بمعنى أنه كان يدافع عن نفسه ضد شعور ما) أو بما كان يفعل ذلك صدد (بمعنى الشعور أو الغضب المصاحب بقلق).

فى الحالة الثانية قررت مريضة مكنية أنها لم تكن تفكر فى مسارها المعنى. ومن ثم فى اكتتابها لا علاقة له بهذا المسار. وعندما بدأ المعالج يتكلم عن شكها فى قدرتها على النجاح فيما أرادت، قالت: "لا أرى الكلام فى هذا؛ إنه بجملى عصبية أكثر من اللازم" أدنى لمزيد من النقاش سعيها إلى العير عن خوفها من لفيل وكبك عن شعورها بالذنب سبب حمل عدم استمرارها فى محو أنى

كان الجميع يخطئون له! أصبح عدد التفكير في الأمر برمنه أقل ألما. وفي هذه لحظة، كانت واحة بشكل ما عملة "اللاعكيز" ومساعر الذنب والقلق المصاحبة لعدم التقدم في المجال الذي كان قد احتيز لها. ومع ذلك فقد كانت تقرر كثيرا من مشكلتها الوحيدة هي في انه ليس لديها الطافة لإلزام نفسها بالعمل الذي يجب انجره. وقامت بهذا التبرير بتقاضي كس من التهديد بالفشل والشعور بالذنب المصاحبين لاختيارها مساراً صعباً آخر. بالإضافة إلى ذلك قامت بعقاب نفسها بقولها إنها كانت كسولة وإني كانت - ببساطة - لا تعمل بما يكفي.

نرى في هذه النماذج "الإكسبكتية" كيف يمكن للأفراد ألا يكونوا واعين - أو واعين وعيًا سريع الزوال، أو واعين بشكل مبهم - بأفكارهم ومساعرهم المؤسفة، ومن ثم يوجهون انتباههم وجهة أخرى، بسرعة شديدة لدرجة أن العملية تمضي دون ملاحظة. وفي ظل ظروف يتوفر فيها التشجيع والمساعدة: يمكنهم أن يعوا ما يفعلون وما يجتهدون للدفاع في مواجهته. ومع ذلك، فحتى في ظل العملية العلاجية، تظل هناك سرحة من المقاومة السلبية لهذه العملية، دون وعي بهذه المقاومة بسبب الأمر عندما نعدى استعمالاً يد محروجة دون أن تنتبه إلى أننا نفعل ذلك، إلا أنه في حالة اللاشعور الدينامي يكون نقص الوعي أعظم تماماً - إنه لاشعوري كلياً وليس قل شعوري جزئياً. ومرة أخرى، هذه العمليات المدهشة للمحلل النفسي هي التي يصعب تكرارها في العمل.

اللاشعور المعرفي⁽¹⁾

يعود إلى تليف ماسيني اللاشعور المعرفي Kihlstrom 1987

(1999) يركز هذا المصطلح على الشعور بالطريقة المعاصرة التي نعيش فيها. معتمد على معرفتنا من حيث هو، يهدف مرفع السرعة هو النموذج الذي يهدف في فهم العديد من الحالات التي هي فهم العمليات اللاشعورية، وهو

لها، معطوره، فيه يمكن لعدد من العمليات ان يتم معاً، أو في بل، على الحاسوب دور ان "تعي" عملية منها باقي العمليات التي أخرى، بالإضافة إلى ذلك فإن هناك تفرقة بين "عمليات المعالجة الآلية للمعلومات"^(١١)، من ناحية والعمليات المصنوعة^(١٢) أو استحكم به من ناحية أخرى. فالمعالجة المصنوعة للمعلومات معالجة عقلانية تتم في ظل تحكم مزمن من الفرد، أما المعالجة الآلية للمعلومات فهي لأقصديّة^(١٣)، وإدارية^(١٤)، ولا يمكن التحكم فيها^(١٥)، وهي تحدث خارج الوعي، بالإضافة إلى ذلك فإنه ينظر إلى العمليات المعرفية المصنوعة - التي يتم التحكم فيها- بوصفها عمليات تتطلب مجهوداً، كما يحدث عندما يركز اهتمامنا على حل مشكلة، هذا سما يسر إلى العمليات المعرفية الآلية بوصفها عمليات لا تتطلب مجهوداً، كما يحدث في حالة ربط الحذاء، أو قيادة سيارة، تستخدم العمليات المعرفية لمصنوعة الكثير من الأداء المتاح ومساحات التخزين. على سبيل المثال، يحتاج المرء إلى التفكير في كل قواعد المرور في بدايات تعلمه إلى القيادة، هنا نبدأ تستخدم العمليات الآلية الغليل من المناخ من الانتباه ومساحات التخزين. ورغم أن العمليات الآلية قد لا تكون لها كل هذه الخصائص معاً وبشكل دائم؛ فإنها تتميز شوبها لأقصديّة وإدارية ويتم دون جهد وتحدث خارج الوعي (Bargh, 1992; Bargh & Ferguson, 2000). وأخيراً، ومن ثم، فإن العمليات المصنوعة ترتبط بالمعالجة الشعورية للمعلومات، وترتبط العمليات الآلية بالمعالجة اللاشعورية أو عبر الشعورية للمعلومات. إن اللاشعور المعرفي يتصور كل العمليات المعرفية عبر المتاحة للوعي، بعض النظر عن السبب الذي يجعلها غير متاحة، وفي هذا السياق،

Automatic Processing Of Information ()
Controlled ()
Intentional ()
Unconscious ()
Conscious ()
Non-volitional ()

فإن من المفترض أن اللاشعور المعرفي يشمل جزءاً كبيراً حذاً من الحياة الذهنية" (Kihlstrom, 1987, p.1446).

سوف نولي الأنباه، فيما سيلي، إلى أدلائل المتاحة عن التأثيرات اللاشعورية على المشاعر والاتجاهات والسلوك نحاه الآخرين. ثم ينتقل لنولي الانتباه لأهمية العمليات المعرفية الآتية، اللاشعورية للشخصية. قبل أن تنتقل إلى الدراسات المتعلقة مع هذه المواضيع، لسنت أولاً إلى تقنية الشد⁽¹⁾ المستخدمة في عدد كبير من هذه الدراسات (وليس كلها). تتضمن تقنية الشد التنشيط التحري⁽²⁾ للبناءات المعرفية خارج الشعور الواعي للمشارك في التجربة. في عام ١٩٨٣ استخدم مارسل، وهو عالم نفس معرفي، تقنية الشد ليظهر أن الأفراد يكررون بتأثيره بمنبه لم يتم إدراكه شعورياً. لقد قدم مارسل (Marcell, 1983) للمشاركين منبهاً (شاحداً)⁽³⁾ عن طريق جهاز العرض السريع، يتلوه منبه آخر (قناع)⁽⁴⁾ لمنع التعرف الشعوري على المنبه الأصلي (الشاحذ). عندئذ كان يُطلب من المشاركين أن يقوموا بتعيين الكلمات التي ومضت على الشاشة. كان السؤال المطلوب الإجابة عنه هو عما إذا كان الشاحذ (أي الكلمة التي قُدمت أو عُرِضت سريعاً بالتعرض السريع، والتي مُنعت من الوصول للشعور عن طريق القناع) يمكنها أن تسهل تعرف الكلمات المرتبطة به على الشاشة لم تذكر هذه هي الإجابة الفعلية وحسب، بل لقد امتد التأثير إلى الكلمات المرتبطة "من حيث المعنى" بالساحد المدرك لاشعورياً (على سبيل المثال: ارتبطت كلمة "مركب" حين أنت شاحداً بكلمة "سفينة" بوصفها كلمة يتم التعرف عليها) هكذا فقد ظهر أن تقنية الشد مفيدة في اختبار آثار الأثر اللاشعوري على ما وراء سنت من أنشطة معرفية.

وتشكل أكثر عمومية، يظهر آخر، أشد تأثير الممكر تشييبات أنمر كه
لا شعوريا على الأفكار والمفاعع وأشكال اسلمة، بكن ان تكون هذه تشييبات
خارجة، كما هي الحال في الإدراك ابعار لشخص ما م يتم استحضاره في الوعي
(عنى سبيل المثال- الإدراك تحت الشعوري او الصمى) كما مكر ان يكون هذه
التبيهاات داخلية أيضا، كما هي الحال في إدراك عسر اخر لشعور ما، ولكنه براك
لم يتم استحضاره في الوعي. إن مثل هذه الآثار الشخصية مهمة لتنشيط لعلليات
الآلية (أى: اللاقصدية، اللإرادية، غير الواعية) المعرفية والانفعالية والدفعية
(Bargh, 1997; Bargh & Chartrand, 1999; Bargh & Ferguson
2000). هكذا فإن بعض علماء النفس ينظرون إلى هذه الآثار بوصفها حاضرة
دائمة وتساما في أدائنا اليومي.

التأثير اللاشعوري في التذكر والإدراك:

يستخدم جاكوبي وزملاؤه (Jacoby & Kelly, 1992; Jacoby, Lindsay Toth, 1992; Jacoby, Toth, et al., 1992) نموذجاً يضع فيه التأثيرات اللاقصديّة أو اللاشعورية في مقابلة مع العمليات الشعورية (المصوّطة) أو القصديّة ليبرز أهمية الأولى. وعلى سبيل المثال، نذكر إلى التجربة التالية، التي تظهر أثر "الشهرة الزائفة". في المرحلة الأولى من التجربة طلب من المشاركين أن يقرأوا قائمة من الأسماء لأشخاص غير مشهورين (مثلاً: حسنى عادل). كان نصف المشاركين يقرأ القائمة بانتباه كامل، بينما يقرأها النصف الآخر باصطناع (حيث طلب من المشاركين في هذا النصف أن يقوموا بمتابعة سلسلة من الأرقام يتم تقديمها لهم سمعياً). في مرحلة الثانية يقرأ المشاركون قائمة أسماء تتضمن أسماء أشخاص مشهورين، وأسماء أشخاص غير مشهورين، وكل اسم الاسم المخصص غير المشهور له قيم في المرحلة الأولى. عند اسم الشخص أن يحكموا على شهرته الاسم، هذا مع علامتهم أن كل الأسماء من المجموعة الأولى هي في صنف مشهور غير مشهور، غير معروف، غير معروف آخرى، غير معروف آخرى، غير معروف آخرى.

تغامة لأولى بوصفها كذلك، فإنهم سيكونون عندئذ على ثقة من «بها أسماء غير مشهورة». ومن الناحية الأخرى، إذا قرأ الشخص الاسم ولكن لم يستطع تذكره؛ فإن أثر الألفة «اللاشعورية» قد يجعلهم يحكمون على الاسم بالمشهرة في المرحلة الثانية من التجربة. يمكن القول، إجمالاً، إن الأثر اللاشعوري للمشهرة الراقفة كان يعمل في مواجهة أثر الاستدعاء الشعوري.

لنتذكر أنه في المرحلة الأولى من التجربة، كان المشاركون موزعين على مجموعتين، إحداهما تتمتع بانتباه كامل أثناء قراءة القائمة الأول، والأخرى كان نشاها مشتتاً على كل من القائمة وسلسلة الأرقام التي كان عليهم متابعتها. فهل توقع فرقاً في الأداء بين المجموعتين؟ ما حدث هو أنه، كما كان مفترضاً، استطاع المشاركون الذين قرأوا القائمة بانتباه كامل أن يتعرفوا الأسماء غير المشهورة من قائمة الأولى عندما ظهرت من بين أسماء القائمة الثانية. أما الذين قرأوا القائمة بانتباه منقوص كانوا أكثر ميلاً للحكم الخاطيء على الأسماء غير المشهورة في قائمة الأولى بأنها مشهورة، وذلك عندما ظهرت على القائمة الثانية. بعبارة أخرى، فإن قراءة الأسماء في ظروف الانتباه المنقوص وفرت أساساً لتأثير لاشعوري على الذاكرة، وهو ما لم يحدث في حالة الأشخاص الذين كان انتباههم كاملاً أثناء القراءة. لقد حدث التأثير اللاشعوري الذي أساء تفسير الألفة بوصفها سبباً، مع مجموعة الانتباه المنقوص، ولم يحدث مع مجموعة الانتباه الكامل.

وفي تجربة عن التأثيرات اللاشعورية على الإدراك، قدم جاكوبي وزملاؤه (Jacoby, Allan, Collins & Larwill, 1981) إلى المشاركين حملاً سمعوها من قبل وأخرى لم تسمع من قبل. وتم تقديم الحمل على خلفية ضوضاء ذات مرحل متباعدة من الشدة، حيث كان على المشاركين أن يحكموا على شدة انحصاء. وقد المشاركون ضوضاء الخلفية تقديراً منخفضاً (وخاطئاً) عندما كانت هذه الضوضاء خلفية للجمل التي سمعوها من قبل، وذلك مقارنة بحكمهم على انحصاء التي كانت خلفية لجمل لم يسمعوها من قبل. عبارة أخرى، استطاع

المشاركون ان يسمعوا فعليا الحمل المسموعة من قبل صورته أسيل، وذلك بسبب الألفة. ولكنهم بدلا من إدراك تلك الضوضاء بوصفها احف. يعنى هذا أن المشاركين كانوا غير قادرين على تعرف أثر الذاكرة على الإدراك، ومن ثم أدركوا في خبرتهم الذاتية الضوضاء بوصفها أقل شدة. ووجد أن هذا الأثر ألى بمعنى انه ظل موجودا حتى عندما أخبر المشاركون بأثر الإدراك السابق، وطلب منهم أن يتقايوه. لقد استمر المشاركون في الحكم على ضوضاء الخلفية المصاحبة للجمل المسموعة من قبل، بوصفها أقل شدة من الضوضاء المصاحبة للجمل الجديدة. لقد كان الأثر لاشعوريا واليا، حيث لم يكن المشاركون في التجربة قادرين على الوعى به والتحكم فيه.

التأثير اللاشعورى على الانفعالات، والاتجاهات والسلوك تجاه الآخرين.
التفت علماء النفس منذ مدة إلى أن التعرض المتكرر للتنبيهات قد يزيد من جانبيتها (Zajonc, 1968). واقترض أغلب هؤلاء العلماء أن مثل هذه الزيادة في الاستجابة الوحيدة الإيجابية تجاه تلك التنبيهات ترجع إلى تعرفها شعوريا. إلا أن البحوث التالية أوصحت أن هذه الآثار الإيجابية نفسها للتعرض للتنبيهات قد تحدث حتى عندما يكون التعرض أقصر وأسرع من أن يتم إدراكه شعوريا (Kunst-Wilson, 1979). بعبارة أخرى، لم يكس ضروريا أن يعترف المرء شعوريا أن الموضوع المدرك هو موضوع أليف لكى تحدث الآثار الإيجابية على المشاعر، أى أن الأفراد يشعرون بأكثر مما يمكن أن يعرفوه عن طريق الوعى الشعورى.

وتم الامتداد بهذا الخط البحثى عن طريق الباحثين في علم النفس الاجتماعى، لكى يبرزوا كيف أن الاتجاهات نحو الآخرين يمكن أن تتأثر لاشعوريا. ففي احدى الدراسات تم تزويد مجموعات تجريبية مختلفة بفوائم من الكلمات، حيث تحتوى كل قائمة على سب متفاوتة من الكلمات العدائية. وسزواج هذه للنسبة بين صفر % الى

٨٠%، ولم تقبل هذه الكلمات عنى مستوى أقل من مستوى التعرف السعوري. قدّم المشاركون وصف لشخص، وكان هذا الوصف شاملاً فيما يتعلق بعدائية هذا الشخص. ثم طلب من المشاركين أن يعطوا درجتين لهذا الشخص على عـند مسـمائه. وعلى الرغم من عدم إناهم للكلمات؛ فقد أعطى المشاركون للشخص درجات سلبية، تصدعت سببها تعال لصاعد نسبة الكلمات بعدائية التي وجدت في قائمة الكلمات التي تعرضوا لها (Bargh & Pietromonaco, 1982).

وفي دراسة أخرى يبرز التأثير اللاسعوري لبعض التنبّهات على إدراك الآخرين، تعرض المشاركون في المجموعة المحرّبة لإحدى المحرّبات التي كانت تتصرف بطريقة مسيئة وغير مبنية، بينما تعرض المشاركون في المجموعة لصاحبه للمجربة نفسها والتي كانت تتصرف مع هذه المجموعة بطريقة مبنية. كان المشاركون من المجموعتين كليهما يذهبون إلى حجرة أخرى لإجراء دراسة أخرى، وطلب منهم أن يختاروا إما من كان من بين المحرّبين أو المجربتين المتاحين وقد أتاح مضموا الحرية للمشاركين اثنين من المحرّبات في هذه العرفة الثانية، إحداهما كانت تشبه التجربة الأولى إلى حد كبير، بينما لم تكن الأخرى تشبهها. وعلى الرغم من أن المشاركين لم يكونوا واعين بإساس اختياراتهم، فإن المشاركين من المجموعة التجريبية الذين تعرضوا للمحرّبة التي كانت تتصرف معهم بشكل ممل وغير مهذب أظهروا ميلاً أكبر، وبصورة أقل، لتحاكي المحرّبة التي تشبه الأولى. وهذا مقارنة بالمشاركين من المجموعة الصابطة الذين تعرضوا للمحرّبة "المسيئة" (انظر الشكل ١٧) وقد اأصول على دليل آخر على أن هذه الآثار لاسعورية، وذلك عندما تبيّن أن المشاركين في المجموعة التجريبية قد يقوموا بغير ما بعد تعالهم مع المحرّبة الأولى بشكل أكثر طيبة مما فعل المشاركون من المجموعة الصابطة (Lawicki, 1985). وقد عام في أثر التحرد الأولى على السلوك، ما على كانت البنية والاسعورية.

الشكل ٧-١



يوضح المحربات الثلاث اللاتي قمن متحرة اثر الأحداث المعرفه المؤننه سبي التحير وعلى الرغم من أن المشاركين لم يكونوا على دراية بأساس اختيارهم؛ فأطير الذين تعرضوا للمحربة (أ) وهي نسلك بطريقة غير مهديّة ميلا أكبر، وبشكل دال. لتقدي العمل مع محربة أخرى تشبهها شكلا (ب) مفصلير محربة لا تشبهها (ج)، وذلك أكثر مما فعل المشاركون الذين تعرضوا لـ (أ) وهي نسلك بطريقة مهديّة

المصدر:

From "Nonconscious Biasing Effects of Single Instances on Subsequent Judgments" by P. Lewicki, 1985 Journal of Personality and Social Psychology, 48. Photos provided by author.)

يأتى استعراض آخر للتأثيرات اللاشعورية على الاتجاهات والسلوك الاجتماعي من دراسات التّصريف تحت الشعوري لاتجاهات^١ التي قام بها كرونيك ورومستود (Krosnick, Betz, Jussim, & Lynn, 1992). عرضت في هذه الدراسة- على مجموعتين من المشاركين سلسلة من الصور لأحدى الفتيات. وفيما يخص إحدى المجموعتين، كان هناك عرض تحت شعوري لصور أخرى من سبي أن يسرّ الوحدان إيجاد، وكان هذا العرض يسق عرض صور الفتيات. هذا بما تعرض أفراد المجموعة الأخرى (تعرضا ح

شعورى أيضا) لصور من شأنها أن تستثير الوجدان سلبيًا. ومن الصور المستثيرة
 تـ حـ دـ ان إيجابيا صور لرجل من العرس حبيشى الزواج، أو مجموعة من
 أشخاص تلعب بالورق وهم يضحكون. أو فتى وفدة فى موقف رومانسى. وفى
 المقابل، ومن الصور المستثيرة للوجدان سلبيًا كانت هناك صور لجمجمة، ولشخص
 مسموخ فى صورة ذئب، أو لوحه فى وسط النار، أو لسلة مملوءة بالثعابين. وبعد
 أن يتم عرض الباقية المشتركة من صور الفئة المستهدفة، على مستوى أعلى من
 مستوى حد عتبة الإدراك الشعورى، كل على المشاركين أن يجيبوا عن أسئلة
 صـ حـ بـ ا يسألهم عن اتجاهاتهم نحو صاحبة الصور، وعن اعتقاداتهم حول
 شخصيتها، وكذلك عن اعتقاداتهم فيما يخص جاذبيتها الجسدية.

هل سيؤثر التعرض تحت الشعورى السابق لكل من المستثيرات الإيجابية
 وسلبية للوجدان على الاستجابات الخاصة بالاستحبار؟ وهل سيظهر هذا التأثير
 -نسبة للمستويات المختلفة لكل من المحاور الثلاثة التى يسأل عنها الاستحبار (أى:
 اتجاهات، والمعتقدات حول الشخصية. والمعتقدات حول الجاذبية الجسدية)؟ إن
 ما وجد هو أنه كانت لدى المشاركين فى مجموعة المستثيرات الإيجابية للوجدان
 اتجاهات أكثر إيجابية تجاه صاحبة الصور. وقد قدروا شخصيتها بتفسيرات أكثر
 إيجابية أيضا. ولكنهم لم يقدروا جاذبيتها الجسدية فى مستوى أعلى مما فعل أفراد
 المجموعة الأخرى (الجدول ٧-٤). ربما ترجع النتيجة الأخيرة إلى أن الصور
 غير تـ و غ ر ا فية وفرت معلومات موضوعية عن الخصائص الجسدية للفئات أكثر مما
 يمكن أن تفعل بالنسبة لخصائص الشخصية. وفى الإجمال، تم تشريط الاتجاهات
 نحو الفئة الهدف عن طريق التعرض تحت شعورى انقى للنتيـ بـ ا المتفاوتة،
 وهو ما يبرز، مرة أخرى، العناصر الشعورية فى مسألة تكوين الاتجاهات.

جدول (٧-١)

الاتجاهات والمعتقدات حول الشخصية، وحول الجاذبية الجسمية

في ظل الظروف الإيجابية والسلبية

نسر تبيحت إلى أن يتعرض تحت الشعورى لتنبؤات مثيرة إيجابيا أو سلبيا
سحب سكب أو تؤثر على استجاباتنا لخاصة الآخرين. يكون هذه الآثار أعظم
عند كون المعلومات متوفرة غامضة (كما هو الحال بالنسبة لتكوس الانحدار،
والمعتقدات حول الشخصية) مما عند يكون هت مره من معلومات الموضوعه
المرفه (كما هو حال الجاذبية الجسمانية)

وضع المفهوم			القياس الناتج
الفرق	سلبى	إيجابى	
٠,٢٠	٥,٠٦	٦,١٠	٢٠٠٠
٠,٢٠	٥,٠٦	٥,٢٦	١٠٠٠
٠,٠١	٤,١٥	٦,١٥	١٠٠٠
٠,٠١	٦٤	٦٤	١٠٠٠

الاحتمالات هي ٠,٢٠ و٠,٠١ تقديران من ٠,٧٠ حيث تشير الأرقام الأعلى إلى مزيد من
من الاتجاهات والمعتقدات المحيية.

المصدر

"Subliminal Conditioning of Attitudes" by J. A. Krosnick, A. I. Betz, L. J. Fassin, and A. R. Lynn 1992, Personality and Social Psychology Bulletin 18, p. 157. Sage Publications, Inc. Reprinted by permission.

المصدر المذكور أعلاه في هذا القسم يشير إلى الشعورى على الاتجاهات
من حيث التأثير على واتجاه الآخرين. هذا التأثير يمكن ملاحظته في الأبحاث
التي أجريتها في هذا المجال. في هذا المجال، تشير الأبحاث الكلاسيكية (١٩٥٥)،
والمصادر المذكورة أعلاه في هذا القسم تشير إلى التأثير على الاتجاهات

معناه منه الكرة للنعير. والواقع أن هذه الآثار يمكن أن تمثل الأسس لكر من الأحكام النمطية والعلوية المتحيرة، إذ أننا نتعرض أثناء ارتفاعنا عبر مراحل العمر - تحت شعوريا- لما يستثير فينا اتجاهات نحو الجماعات المعاصرة لذا، ويمكن لمر هذا المعرض أن يودي إلى تكويننا لتحيزات افعالية تجاه اعضاء هذه الجماعات، وذلك دون أن نعي تحيزاتنا هذه أو اسسها التي تتأسس عليها. ويمكن أيضا لهذه التحيزات أن تقاوم شدة أى معلومات من شأنها أن تصححها أو تعديل فيها، ذلك انها قد تتأسس على تشريط افعالي، هذا بالإضافة الى كونها لاشعورية وآلية. بل قد تكون هذه الآثار اللاشعورية أهم من الآثار الشعورية على مسألة تكوين الاتجاه.

ونقدم دراسات بارح وش و بورر نماذج مهمة للتأثير اللاشعوري والآلى على السلوك الاجتماعى (Baugh, Chen & Burrows: 1996). ففي تجربة (مى الأولى من ثلاث تجارب) تم شحذ⁽¹⁾ المشاركين بالمفهوم مُضْط أو مُهَيَّب أو لاضط و لاْمُهَيَّب. أما فى المرحلة الثانية من التجربة، فقد كان على المشاركين أن ينتظروا بينما اتهمك المحرب واحد مساعدته فى الكلام. لقد كان السؤال: ما المدة التى سيفضئها المشارك فى الانتظار قبل أن يقوم بمقاطعة مجرى الحديث للسؤال عن المرحلة الثانية من مهمته التحريية؟ هل سيؤثر المفهوم الذى تم شحذه على هذه المدة البفصية قبل المقاطعة؟ لقد كان الغرض أن المشاركين الذين حضعو للوضع "مُضْط" من المفهوم المتأثر إليه، سوف يقومون بمقاطعة بشكل أسرع من هؤلاء الذين حضعو للوضع "مُهَيَّب"، بينما يقع الذى لم يعهد شحذ للوضع "لا مضط ولا مهيَّب" فى الوسط بين المجموعتين من حيث سرعة المقاطعة. وبالفعل، قد طبع كثير حضعو للوضع مُضْط بصورة أسرع وبشكل مما فعل المسردون من المجموعتين الأخرين. وكوشش آخر على التأثيرات الغارفة للشحذ، قامت اثنتان من المبدعات - سمحرون - بالوضع "مُضْط" بالمقاطعة فى خلال عشر دقائق، ثم قاموا

بذلك نسبة صلبة من المجموعة المسحوقة بالوضع "مذهب"، وقد وقعت مجموعة الوضع "لا هذا ولا ذلك" في الوسط بالنسبة لمن قاموا منها بالمقاطعة في هذه الدقائق العشر.

وفي تجربة ثانية، تم شحذ مجموعة من المشاركين بنموذج نمطي لشخص مسن، بينما شحذت مجموعة أخرى بسطح محايد، لا يمت بصلة للنموذج المسن. وعندما كان المشاركون يغادرون موقع التجربة، كان المحررون يقيسون (دون عند المشاركين) المدة الزمنية التي يستغرقها كل مشارك للوصول إلى نقطة معينة. ووجد أن المشاركين المشحوزين بالنموذج النمطي المسن يصلون إلى تلك النقطة بصورة أبداً من هؤلاء المشحوزين بالشاهد المحايد. بعبارة أخرى؛ فنتج بطة في سرعة المشي عن التنشيط اللاشعوري بالنموذج المسن.

أما التجربة الثالثة فقد صممت لدراسة أثر التنشيط الذي يحدثه نموذج نمطي لأمريكي من أصل أفريقي على السلوك الاجتماعي. حيث طلب من مشاركي أمريكيين من أصول عبر أفريقية أن يعملوا على مهمة غير مسئلة بل مملة، وتتكون من عدة محاولات. وقبل كل محاولة كان يتم شحذ مجموعة من المشاركين بطريقة تحت شعورية. صورة لوجه شاب أمريكي من أصل أفريقي، بينما يند شحذ مجموعة أخرى بصورة لشاب قوقازي. بعد ١٣٠ محاولة من المحاولات المملة، قيل للمشاركين إنه قد حدث مشكلة ميكانيكية ومن ثم فإنه سيكون عليهم تكرار المحاولات. وقد كانت هناك كاميرا فيديو مخفية لتسجيل الانحجابات التلقائية التي ظهرت على وجره المشاركين عند سماعهم هذا الخبر. كما أجرى تقدير مستقل لحجم الانحجاب في التعدييه المعمر عيهما. وفي النهاية، احاب المشاركون عن لحظة تحذير بفسار الاتحدث العنصرية. لقد كان الفرص الموضوع هو المشاركين أن تعرضوا لصور الأمريكيين ذوي الأصول الأفريقية سيتفاعلون بعنصرية أعلى من ذلك حين تعرضوا لصور الوجوه القوقازية، وذلك عند سماعهم لثناء الانحجاب تلك مكة التي تحدث عنه تجربة المملة، وبالفعل كان لإجراء

الشحن آثار دالة؛ فقد أظهرت المجموعة الأولى عدائية أعلى من المجموعة الثانية، ثم قياسها عن طريق كل من ردود الفعل السلبية على وحوهم وسلوكهم الذي عبروا عنه. ويلاحظ أنه لم تكن هناك علاقة بين -رجات المشاركين على استخباري المبول العنصرية ودرجة تأثير الشحن. هكذا فإن المشاركين الأقل في اتجاهاتهم العنصرية تصرفوا بعدائية مشابهة لأولئك المرتفعين في هذه الاتجاهات عندما شحنوا بالنماذج المشار إليها.

والخلاصة أنه تم الحصول - عبر التجارب الثلاث- على دليل على التنشيط اللاشعوري، الآلي لمفهوم أو نموذج نمطي كان له أثره على السلوك التالي له. فكان الاستنتاج الذي تم الوصول إليه، هو: أنه يمكن للسلوك الاجتماعي أن يستحث آلياً عن طريق خصائص البيئة: "فالسلوك الاجتماعي مثله مثل أي رد فعل آخر للموقف الاجتماعي، يمكن حدوثه في غياب أي تدخل شعوري" (Bargh et al., 1996, p.242). إن متضمنات هذا الاستنتاج درامية وبعيدة المدى.

تكوينات الإتاحة المتواصلة^(١) (أول العمليات الكلية لإدراك الفرد للعالم وتفسيره له):

تدولنا حتى الآن، وفي إطار اللاشعور المعرفي، دور العمليات اللاشعورية في التذكر والإدراك والاتجاهات والسلوك بين الأفراد^(٢). وبتناول الآن الطريقة التي يمكن أن تعمل بها مثل هذه العمليات داخل الفرد^(٣). إن المفهوم المستخدم لتعريف هذه العمليات الأخيرة هو تكوينات الإتاحة المتواصلة. أو العمليات الآلية لإدراك العالم وتفسيره. تدوّن في الفصل الثالث تكوينات كيلي Kelly أو الطرق التي يقرصها لتفسير العالم. يقرص مفهوم تكوينات الإتاحة المتواصلة أن هناك

Chronically Accessible Constructs (١)

Inter-Individual (٢)

Intra-Individual (٣)

طرقاً إليه يرى بها الفرد العالم، وهي آلية بمعنى أنها طرق تنشط بسرعة وتصيح حاضرة معلومات صلبة (Bargh, 1989; Higgins, 1989). ولتكوّنات الإتاحة المتواصلة خصائص معلومات معرفية الآلية: فهي لاقصدية، فعالة، ليس هناك بحكم فيها، كما أنه ليس هناك وعي بها. وتمثل النماذج النمطية^(١) نموذجاً واضحاً لهذه الآلية. كذلك يحيل مفهوم تكوينات الإتاحة المتواصلة إلى طرق رؤية الذات وإدراكها، ذلك أن الانتباه المطلوب لمعالجة المعلومات المتصلة بالذات، هو انتباه أقر من المطلوب لمعالجة معلومات لا تتصل بالذات (Bargh, 1992). كما تُستخدم هذه التكوينات بتكرار أعلى من الأنواع الأخرى من التكوينات (لتي تتطلب دعماً وإسناداً وتحكم شعورياً)، كما تتطلب أيضاً مسؤوليات أقر من الجهد والانتباه لسوحيه. كنت تجعل هذه التكوينات متكررة الاستخدام انتباهها وذكرنا محيرين في اتجاه تأكيد مضمون هذه التكوينات. بعبارة أخرى، بمجرد أن يصبح أحد التكوينات متكرر الاستخدام، أو الباء، فإنه يجعلنا محارين نحو إدراك وتذكر أحداث تؤكد هذا التكوين. في مواجهة أحداث قد تعبر فيه أو تحوله. هذا كنا نعتد أن أحداثاً صالحة؛ فمن نهيل إلى إدراك وتذكر الأحداث بطرق تؤكد صلاحه. وهي المقابل؛ إذا كنا نعتقد أن أحداثاً شريفاً؛ نهيل إلى إدراك وتذكر الأحداث بطرق تؤكد شره. ويصدق الأمر نفسه على تكوينات أخرى من تكوينات الإتاحة المتواصلة؛ مما يمكن أن نكون لدينا عن أنفسنا وعن العالم من حولنا. إننا مسحون أو مستعنون - بمعنى ما- لإدراك أنفسنا وإدراك الآخرين بطرق معينة.

بمعنى يكون واضحاً أن هناك فروقاً قديمة كثيرة بين الأفراد في أنواع تكوينات الإتاحة المتواصلة التي توجد لدى كل فرد. بمعنى أن كلا من هذه التكوينات -ربحية المتواصلة- والتي تجعله نهيل إلى أن يرى نفسه ويرى الآخرين بطرق معينة (Andersen & Berk, 1998; Glassman & Andersen, 1999). إن

هذا مسرك، أنتسة بكنر لسر هـ بر هذه الفكوتة، وهم بر مسرك بر كـ
 عمسك. لسة الاشعورية اما ما هو مفرد لسة بخصر حبر صنع كوسك...
 ارتد سواصلة سى سح فى لحسك. ان ما له اهية حصصه، سلسله لا
 لخصصه، هو تكوتك. الإلتحة المتوصللة اسى تكون سى الآخر - عن انفسك بر
 هم، س لى يمكن ان يكونه، ما لى سى بر يكونوا عليه، وما لى سى سى
 يكونوا عليه. وكك سوف برى فى بعض العندم عن انك، فان شعور سى يمكن
 ان كونه بشكل دفع قويا لى، كما يمكن، على العكس، أن تشكل التناقضات أو
 عروق الموحدة بين ما نعتقد أنه نكر، وما نعتقد انه سى أن يكونه، سى
 للمعاده والكم الانفعاليين. يمكن لهذه الآثار المتصلة شعوريا عن دلب ان تلعب
 درجة من الحدة تحسب الاشعورية وغير قاتلة للتحكم بى حد كبير-- كما يعبر عن
 تلك مفهوم تكوتك الإلتحة المتوصللة - (Higgins, 1997, 2000).

ملخص

تناولنا فى هذا القسم ظواهر الاشعورية من منظور نظرية المعنوسات و
 النظرية المعرفية. ويتم هنا تأكيد أهمية العمليات المعرفية التى هى فى غير متناول
 الوعى، بوصف هذه العمليات بأنها آلية، أكثر منها مضبوطة، كما بفحص الوعى،
 إلى جانب كونها لاقصدية ولاإرادية. ان العمليات الآلية تتسم بالسرع والكفاءة؛
 فهى لا تتطلب جهدا أو مساحة تخزين كبيرين فى الوعى، وعلى الجانب الآخر،
 تؤثر هذه العمليات فى الإدراك والذاكرة والاتجاهات نحو الآخرين، وفى اتجاهاتك
 نحو انفسك، وتكون هذه التأثيرات جميعها خارج وعينا وتحكمنا شعوريين، وتتسبب
 الآثار السلبية لهذه العمليات مع المفرد المعنوسات محيطا كما تتسبب هذه التأثيرات
 ايضا سى سى مكر حدى سى سى سى الوعى والتحكم شعوريا

مقارنة بين كل من المنظور الدينامي والمعرفي للشعور

نمكنا الآن إجراء مقارنة بين النظريتين المختلفتين للشعور، النظرة الدسامة نظرية التحليل النفسي، والنظرة المعرفية لنظرية معالجة المعلومات. إن النظريتين كلتاهم تؤكدان أهمية العمليات اللاشعورية وأثرها على التفكير والمشاعر والأفعال، ومع ذلك فهناك فروق أساسية بينهما، ومن ثم فقد كان لكل منهما تأثير محدود ودرجة مدهشة - على الأخرى.

إن يتأثر الأفراد وبشكل مهم بمعلومات تحت مستوى الوعي الشعوري؛ فإن هذه نظرة مشتركة يمسك بها كل من أنصار نظرية التحليل النفسي وأنصار نظرية معالجة المعلومات. ما هي، إذن، الاختلافات بينهما، وإلى أي مدى تعد هذه الاختلافات أساسية؟ توجد أربعة اختلافات أساسية بينهما:

أولاً: تختلف مضامين اللاشعور لدى كل منهما عنها لدى الطسرف الأخر. فنبتعا للتحليل النفسي تتمثل المضامين الكبرى للشعور فى الأمانى وأحلام اليقظة والأفكر والمشاعر، والنّى تتميز جميعها بكونها جنسية أو عدوانية. أما بالنسبة لمنظور معالجة المعلومات؛ فإن مضامين اللاشعور هى أساساً أفكار، وليس من الضروري أن تكون لها دلالة دافعية خاصة بالنسبة للفرد. ويرى إيبل (Eagle, 1987)، أن اللاشعور الدينامى فى التحليل النفسى هو، وقبل كل شىء، لاشعور خاص بالمساعى، والدوافع، والحوافز، فى مقابل اللاشعور المعرفى عن الأفكار وعمليات الفكرية" (p.161).

ثانياً: نحلف هـضع لاشعور فيما بين المـطورين. فـس منظـور التحليل النفسى، يؤدق النـعسات اللاشعورية وظائف دفاعية؛ معنى أنها تحمى الفرد من الأفكار والمشاعر والكـريـات المـؤلمة، أما منظـور معالجة المعلومات فلا يـسـر إلى هــضع دافعية من هــضع، إذ هــضع هذا منظـور لأخـير، كـون المعرف

الاشعورية لانه لا يمكن معجنتي على المستوى الشعوري. او لاننا نعلم اننا
 المستوى أصلاً، او لاننا نعلم اننا نعلم اننا لا نعلم اننا نعلم اننا نعلم
 الشعورية. هكذا فإن لدى منظري معالجة المعلومات صعوبة خاصة مع
 نكبة التحليل النفسي لدفاعات حذاء الذات⁽¹⁾ والكفت (Greenwald, 1992;
 Higgins, 1989; Kihlstrom, 1999). ليس من الضروري، بالنسبة لبيس، ان
 نفترض مثل هذه العمليات المعقدة. بدلا من ذلك يمكن للمرء ان يؤكد المفهوم
 الأسط عن الذاكرة الضمنية لكي نفترض ان الأحداث، بعد ان نترك شعوريا، لا
 تظل متاحة لوعي في صورة حاضرة. ويمكن للذاكرات الضمنية عدد ان تصبح
 صريحة، أي شعورية، وذلك تبعاً لمجموعة متنوعة من الأسباب. إذن تقرير ان
 الذاكرة الصريحة - تتحول إلى - ضمنية هو تقرير أسط في نرجسته التجربة من
 تقرير التحليل النفسي والذي يتطلب قوة لاشعورية حسيصة ومعقدة ومطلوعة
 (بل يعتبر اطلاعاً عن حدود الخلية) (Greenwald, 1992, p.773).

والاختلاف الثالث بين المنظورين يربط بالطبيعة الكيفية للعمليات
 اللاشعورية. فتنبعاً لمنظور التحليل النفسي، فإن لغة اللاشعور تختلف جوهرياً عن
 لغة العمليات الشعورية، وتتميز العمليات المعرفية لللاشعور بأنها لاسطقية
 ولا عقلانية. وتعد الرموز والمجارات أو الاستعارات والأحلام كلها تعبراته عن
 العمليات المعرفية اللاشعورية. وفي المقابل؛ فإن العمليات المعرفية الشعورية تتبع
 عادة قواعد المطلق والعقلانية أم بالنسبة للمنظور المعرفي، فبهاك حاجب
 لوحده اختلاف جوهري بين العمليات المعرفية لشعورية واللاشعورية؛ فبينما
 لعمليات اللاشعورية أن تكون بالذكاء والمطلق نفسه لدى جميع تعبيرات لشعورية،
 ونشر كيلنيزرم، وهو أحد مؤيدي المنظور المعرفي، عن هذه عقدة ساي:

د. داسغور: النفسى المربى بعد الفهم النفسى له صير مختلف...
 د. في اداس سحوى قرويه ورملة من لمخلل انفسى فى د...
 داسغور هـ حرا وبرحاء وكال نباح السبوة والعصب، كى هـ سب، د...
 داعتات ام داسغور علم النفس المعاصر فى اطب واحد من د...
 د احمر ارىط بالواقع وعفلى، حى وى لم بكر باردا نمى او حاف
 نمى (Kihlstrom, Barnhardt & Tataryn, 1992, p 789)

أما الاختلاف الرابع فيتصل بالقابلية للشعور. بالنسبة للمحتلين النفسين؛ فإن
 عناصر اللاشعور الذايمى ليست متاحة أو حاصرة فى تناول الشعور. لا بد من
 توفير ظروف خاصة حتى يمكن لمصامير اللاشعور أن تصل للشعور، وذلك بسبب
 وجود حواجز دفاعية تقاوم هذا العبور. ويمكن لهذا العبور أن يحدث فى الأحلام،
 إلا أن ذلك يرجع لكون الطبيعة الحقة للريجات اللاشعورية فى حالة تنكر. أما أثناء
 التحليل النفسى؛ فيمكن أن تتقدم هذه الريجات عن طريق عمليات التداعى الحر.
 حيث يتم تشجيع المريض على قول كل ما يرد على خاطره، وهكذا يوفر التداعى
 الحر تحللاً فى صوابط العمليات الدفاعية. ويؤكد التحليل النفسى على الرموز
 وزلات اللسان والمعانى الخفية والدوافع الممكنة وراء الأفعال "اللاقصدية"، وهو ما
 يتجمع كله ليضع المريض فى وضع أكثر صلة بلاشعوره. وعندما يتم استدعاء
 الذكريات اللاشعورية التى كانت قد كُنت؛ فإن الافتراض الفسائم هو أنه تم
 استدعواها على نفس النحو لى كانت موحودة عليه فى اللاشعور، ويفترض
 بالنسبة لأشلى ذكرى د... ق تم استدعاء الذكرد بالشكل نفسه الذى خُبرت به
 أول مرة، وهكذا يمثل المحدث النفسى لأفرا من أن الذكرد لمستدعاة كانت موحودة
 د. داسغور: النفسى نفسى حى م الاستدعاء، وى ذكرة ضلت كما هـى

أضواء على باحث
اللاشعور النفسى

(جون ف. كيلستروم John F. Kihlstrom)



ارتقى اهتمامى بالمعاملات العقلية اللاشعورية تدريجياً وأحياناً بالمصادفة، من خلال بعض تلك المصادفات العشوائية ذات الأهمية الكبيرة فى تشكيل ما نحن عليه الآن. لم تجدى أبداً أفكار فرويد - الذى قرأت بعض عمله حينما كنت فى المدرسة الثانوية. وعندما كنت دارساً جامعياً لعلم النفس فى جامعة كوليت؛ اهتمت جداً بالتوجهات الوجودية لدراسة الشخصية، كما رغبت فى محاولة دراستها كميّاً. وبعد تخرجى تم تعيينى متدرّباً على الأستاذ وليام إدمونستون William E. Edmonston - المتقاعد حالياً- الذى كان مسئولاً عن معمل للتتويّم الصناعى. وكان هذا هو ما سلب لى. ولم أدرك الرابطة التاريخية بين التتويّم الصناعى والهستيريا إلا عندما اشتركت فى أبحاث التتويّم مع كل من مارتن أورن Martin Orne وفرد إيفانز Fred Evans. وعندما بدأت أنظر للتتويّم بوصفه طريقة معملية لدراسة حياتنا العقلية اللاشعورية.

ظللت فى السنوات الباكراة أركز بشدة على التتويّم الصناعى، وخاصة فقدان التذكر بعد التتويّم (والذى لايزال لدى اهتمام عظيم به). وكان لنظرية جاك هيلارد Jack Hilgard عن الشعور المنقسم، أو التفكك أكبر الأثر، حيث يفرح أن أسيتنا المعرفية أو أفكارنا يمكن أن يفصل بعضها عن بعضها الآخر، أو تفكك ولا تصبح

في متناول الشعور . كما كانت هناك تطورات إيميزقية ونظرية أخرى مهمة
 بالنسبة لي . نبدأ صياح شاينر وشيفرين Schneider and Shiffrin (من بين
 آخرين) فكريهم عن المعالجة الآلية (مقابل المعالجة المصنوعة) . ثم نشر أنسوبي
 مارسل Anthony Marcel أول إيضاح مقنع لمعالجة المعلومات المركبة في
 عيب الشعور الواعي . بعد ذلك نشر دان شاكتر Dan Schacter مراجعته - التي
 بعد كلاسيكية إلى حد كبير - التعزيز بين نوعي التذكر : الصريح النصفي ، مقترحات
 ذكريات الأداء القديم بمكيا أن تؤثر على الأداء اللاحق في غياب الاستدعاء
 (شعوري) (أي أنكره الصمعية في مقابل الذاكرة الصريحة) . وبحلول أواخر
 الثمانينات الماضية ، كان علم النفس قد بدأ في معالجة إعناء احباء هائلة للاهتمام
 بعلمي علمي بالشعور - في ظل فكرة أن التمثيلات والعمليات العقلية ، يمكنها أن
 تؤثر على الحيرة والتفكير والفعل بعيداً عن الشعور الواعي ، وباستقلال عن التحكم
 الواعي . هكذا بدأ الباحثون في التنويم الصناعي في الاتصال بصناعة أوسع من
 برملاء ، كما كان هؤلاء لزملاء مبررات أقوى لاخت التنويم الصناعي ماخذ الحد .
 وعند هذه النقطة ، وفي منتصف التسعينات ، أعيد أنه كانت لدينا أدلة قوية
 عن التفككات في مجالات كالإدراك والتعلم والتفكير - وهو ما يمكن أن
 سميه المشعور المعرفي تأتي بعض هذه الأدلة من بحوث النوم ، ولكن معظمها
 يأتي من أطور نظرية أخرى يتركز فيها أشخاص أسوء ومرضى من ذوي
 الإصابات المحية . ويمكن أن نذهب إلى ما بعد مجرد إثبات وجود اللاشعور ، إلى
 سطر في الفروع بين
 الحية العقلية الشعورية والاشعورية . فما الفرق بين الشعوري ، اللاشعوري من
 تمرينات والذكريات والأفكار ؟ من الحدود التي تقف المعالجة اللاشعورية ؟ كيف
 يمكن حوله فكر شعوري إلى لاشعوري ؟ وكيف يمكن أن تأتي فكرة لاشعورية
 إلى هذا الشعور ؟ وماذا يدور أدلة قوية عن العمليات المعرفية اللاشعورية .
 فيب هناك معنى للتفكير - بالتالي - في عمليات عينية وواعية لاشعورية ؟

وربما يمكن جزء من المشكلة بالنسبة لهذه النقطة في أنها في حجة سرية .
 أكثر من مجرد اثنين أو ثلاث (أي: الشعور، في الشعور، اللا شعوري) لأن حس
 التعرف مع المجموعة لمتباينة من الظواهر التي نلاحظها في هذا العصر .
 أيضا كما أشرنا من قبل، يمكن للأفكار والخبرات أن تحدث على مستويات مشابهة
 من الوعي (Bowers, 1992) وبالإضافة إلى هذا؛ يمكن لبعض الأفكار
 والحدوث أن تصنف ببعض صفات فئة من الأفكار إلى جانب بعض صفات فئة
 أخرى. على سبيل المثال فإن بعض الأفكار الأولية يتم خارج الوعي، ويتم بعض
 الآخر بشكل واع، بعضها يمكن التحكم به وبعضها الآخر لا يصنع مثل هذا
 التحكم (Bargh, 1989) والخلاصة أنه يمكننا قول أهمية الظواهر اللاشعورية
 دون أن يلتزم بتعزيز نظري خاص أو تعريف متضاد للفئات. فكما لاحظ
 كيلستروم وآخرون "تعد مئة عام من الإهمال والشك والإحباط أصبح عمليات
 اللاشعورية الآن موقف قوي في العقل الجمعي لعلماء النفس" (Kahlstrom et al.,
 1992, p 788). عندما نأخذ في الحسبان تعدد الظواهر التي يتم سوتها، وسأرجح
 الإهمال المستمر؛ فإننا ندرك حاجتنا إلى نصير وانفتح على مدى واسع من
 الاحتمالات كلما تقدم البحث العلمي.

تضمينات استخدام مقاييس التفكير الذاتي⁽¹⁾

يمكن موضوع رويه كيف أن قبول أهمية العمليات اللاشعورية نصير -
 هذا يتعلق بتأثير الشخصيات، خصوصاً فيما يخص استخدام الفئات -
 في استنتاج بعض جوانب من هذا البحث، حيث أن هذا البحث قد
 قد تم نشره في مجله علم النفس في عام 1992.
 من أجل أن يكون الاستنتاجات مستوحاة من هذا البحث،
 من المهم أن نذكر أن هذا البحث قد تم نشره في مجله علم النفس في عام 1992.

الذيدمي ومنظور اللاشعور المعرفي. ومع ذلك فإنه من غير المعاشيء أن نجد الأست وراء أسئلة نى يطرحتها كل ميما محنفة. فتنسبة لمدى اللاشعور الذيدمي، يتوقع أن تقوم لعملية الاندفاع والفاعلة بالداخل حيزاً على جانب التقرير الذاتي، وهو ما يحدث من صدقها. لقد اقتبسنا فى فصل سابق تعنى هنرى موراي Henry Murray الذى يعبر فيه عن حوهر هذا المنظور: "إن إدراك الأطفال غير فوق، وهم لا يشعرون بدلائيم الداخلية إلا خرجة ضئيلة حد، ويحتصرون مذكرات حادثة عن الأحداث. وأغلب الراسين لا يعتمدون على تذكر الأطفال الأبلك". (1938, p.15).

اعتقد موراي أنه لا يمكن الاعتماد كثيراً على التقارير الذاتية أو اللغوية فى دقها وذلك للأسباب المعرفية والفاعلة أى نسب محدودة القدرات الخاصة بده الإدراك والاستدعاء، وكذلك بسبب الكنت اللاشعورى، ولتصحيح مثل هذه المشكلات، اقترح موراي استخدام الاختبارات الإسقاطية، بالإضافة إلى الأنواع الأخرى من الأسات. وكما أشرنا من قبل، اتبع مكينلاند McClelland وأخرون هذا النهج، وقد راوا أن بيانات التقارير الذاتية وبيانات الاختبارات الإسقاطية تمثل نوعين مختلفين من البيانات. لا يتطلب الأمر الحكم على أحد نوعى البيانات بأنه أفضل من الآخر، بل أهما مختلفين وحسب، إذ لكل منهما قيمته وارتباطه بغيره من المتغير - بطرق مختلفة. وهكذا، فإن قياس اتحاده إلى أنجار عن طريق أحلام ليظه يرتبط سلوك الفرد بطرق مختلفة عن تلك التى يرتبط بها سلوك الفرد بنتائج قياس الحاجة لمتنار عن طريق التقرير الذاتية (Koesner & McClelland, 1990) ونجد عد أمثلة عن صريق أحلام اليقظة مؤشر على الوائع، يُعد تقبيل عن طريق التقرير الذاتي مؤشر على القيم أن سدوافع وتقيم وحيل متبديل من أوجه الشخصية. ولهذا، فليس من المستغرب أن يرتبط كل من نوعى قياس مكينلاند مع استناد مختلف عن تلك التى يرتبط بها الآخر.

ومن تلك الاتجاهات أسئلة علماء النفس الأكثر ميلا للتحالف المعرفي عبر نباتات
 الفريز - ستيه، هذا على الرغم من غياب حجاج الرأى في هذا الصدد في عام ١٩٦٠
 وحده الاتجاه هو الأمر مقلد ذو عنوان فرعى هو "قول أكثر مما تستطيع أن تعرف"
 (Nichell & Wilson, 1977). بدأ المؤلفان بملاحظة أنه في حياتنا اليومية نحب
 عن عدد كبير من الأسئلة المتعلقة بأساس اختيارنا وأحكامنا وسلوكنا، على سبيل
 المثال نحب عن أسئلة من مثل: لماذا نحب هذا الشخص؟ ولماذا فعلت ذلك؟
 يطرح علماء النفس المهتمون بالشخصية، بطريقة مشبعة، عددا كبيرا من الأسئلة
 عن استجابات التقرير الذاتي. إن الافتراض هو أنه لدى البشر بعض الاستجابات
 بالأساس التي تدفعهم إلى السلوك بالطريقة التي سلوكوا بها، وأن لديهم معلومات
 خاصة بها ليست متاحة للمشاهد الخارجى. والسؤال الآن: هل هناك سبب للاعتقاد
 بأن هذا هو الوضع فعلا؟

وبرى كاتيا المغل، سيسب وويلسون، أنه على العكس، لا يعنى الأشخاص
 - معظم الوقت - سلوكهم وأسباب هذا السلوك ونسبة إلى ذلك هناك أحفاص في
 العلاقة بين التقارير اللفظية والسلوك الفعلي. وعلى سبيل المثال يشير الكائن إلى
 حدث بمرز كيف أن ميل الأشخاص لمساعدة الآخرين في المحر أو الأزمات، نزل
 بزيادة عدد الأشخاص المتفرجين - إنه أدثر مشهور باسم "أثر المتفرجين أو
 البطار" (Latane & Darley, 1970) ومع ذلك فإن الأشخاص لا يفرزون
 شعورا من حضور الآخرين يؤثر في سلوكهم لمساعدة منهم، ويرجعون هذا التأثير
 عندما يتم ذكره على سبيل الإمكان. وفي مثال آخر يشير المؤلفان إلى دراسات
 حريير، حيث طُف فيهم من المستحيل أن يحكم على لمراد السمعة في عدة
 أنواع مختلفة من الملابس، وأربعة أنواع أخرى من الجوارب الشائون، لقد حـ
 لمصنعيه اختيارايد والأساس التي اختارها هي عليه ومع ذلك، طيز، انبساط،

وبصوح، ان تفسيرات الجوده النفسية للمنحاحات تأثرت بمكان رهن التنبؤ على الترفوف، حيث حكم على المنحاح المرصوفه على انهم يتكافأ ذات حد، على من ست المرصوفه على اسرار، على من المنحاح لم يتصلل خير الحوارات مما هو، اضعاف اكر الحوارات يساراء، إلا ان المشاركون لم يذكر، اننا نوسع التنبؤ بوصفه سببا لاختيارهم لياها، بل انهم، بالإضافة الى ذلك، عندما سئلوا عن اكثر تأثير موضع المنتج رفضوا تماما أي اقتراح ان ذلك من الممكن ان يكون له اثر في الاختيار.

واستنتج المؤلفان (Nisbett & Wilson, 1977) على مر معية لنوع خبر من هذا النوع من الدراسات ان مؤال المشاركون عن العوامل معترضة في سلوكهم، كان ذا قيمة ضئيلة في فهمنا للأسس التحفيزية لسلوكهم، ولم يكن التنبؤ ان الأشخاص لا يرغبون في اعطاء إجابات عن الأسئلة الموجهة اليهم، بل لانهم عاينون عن إعطاء إجابات دقيقة، إنهم يقولون أكثر مما يمكنهم ان يعرفوا من ان، ان، تألي إجاباتهم؟ ان الاقتراح المقدم للإجابة هو اننا نحمل في حسابات نظريات سببية صمنية عن سلوكنا وعن سلوك الآخرين. تماما كما أنه لدينا نظريات صمنية عن الشخصية؛ فانه لدينا أيضا نظريات سببية صمنية عن لماذا سنك نحن والآخرين بالطريقة التي نملكها، وعندما نسل ان عدم عسيرات سببية، لا تعتمد على المشاهدات البقية فحسب، بل وطبقا ضد هذه التفسيرات ان سببية، وعندما نحن نف، هذا حتى لا نذكر ان سببية صمنية اننا نملكها في النظرية التي نملكها.

تتمثل بعض هذه الدراسات استحصاءات من الدراسات التي أجريت في هذا المجال، على حروب صمنية عن موضع سببية شخصيات، الشخصيات التي هي، اننا نملكها في النظرية التي نملكها (Aronson, 1980) اننا نملكها في النظرية التي نملكها.

والاسعوية كدقة المعرفة في الافراض المتقدم هو ان الشخص لا يستطيع مساعدة علمهم المعروفة اء عليا، وبحطون كثيرا في الحسد و الاسلار (Nisbett & Ross, 1980). يا نقول اكثر مما نعرف، ونعرف قل مما نصور، سب لحدود اسي حد. لب مغالدينا المعرفة

الأول عنصر عنده أسس أولى التوجه المعرفي، يطلون إلى استنتاج مختلف
المنكلمات، وهو استنتاج يترك مساحة أكبر للفائدة الممكنة من بيئات التقارير الذاتية
بمقترح هؤلاء أن بيئات التقارير الذاتية يمكن أن تكون أكثر فائدة بكثير إذا
أنتك من أن تشاركين بنشوء جيد لما يسألون عنه بعبارة أخرى، بدلاً من أن
تكون الأسئلة عامة وتأمينية، لأننا نكون محددة بما يمكنهم من تركيز انتباههم.
بالإضافة إلى ذلك تعرض في جيت اليومية لأحداث متكررة (ذلك أن هسك
فاصلاً⁽¹⁾ في معلومات المتاحة لنا)، ولذلك فإن لب الفرصة لمشاهدة ما قد يحدث
في المرة الأولى. كما أن مميزات السيدة تعكس هذه المشاهدات المتكررة سواء
عن طريق طرح نفسها عدة، حتى ولو انحطت في ظرف حاض وغير اعتيادي.

[illegible]
$$-\frac{1}{2} \log \left(\frac{\pi}{n} \right) + \frac{1}{2} \log \left(\frac{n}{\pi} \right) = \frac{1}{2} \log \left(\frac{n^2}{\pi^2} \right) = \frac{1}{2} \log \left(\frac{n^2}{\pi^2} \right)$$
[illegible]

100% 90% 80% 70% 60% 50% 40% 30% 20% 10% 0%

«دعوى» ان تقديرات الجودة النسبية للمنتجات تأثرت بمكان رصن المنتج على رفوفه. حيث حُكم على المنتجات المرصوفة على اليمين بكونها - - - - - على من سب المرصوفة على اليسار. على سبيل المثال تم تفضيل اكثر حوارات من اربعة اصعاف اكثر الجوارب يساراً، إلا أن المشاركين لم يذكروا - - - - - موضع المنتج موضعه سبباً لاختيارهم إياه. بل إنهم، بالإضافة إلى ذلك، عندما سئلوا عن امكان تأثير موضع المنتج رفضوا تماماً أى اقتراح بأن ذلك من الممكن ان يكون قد اثر في الاختيار.

واستنتج المؤلفان (Nisbett & Wilson, 1977) - - - - - في مراجعتهم لنوع كبير من هذا النوع من الدراسات - أن سؤال المشاركين عن العوامل المؤثرة في سلوكهم، كان ذا قيمة ضئيلة في فهمنا للأسس الحقيقية لسلوكهم. ولم يكن انسب ان الأشخاص لا يرغبون في إعطاء إجابات عن الأسئلة الموجهة اليهم، بل لانهم عاثرون عن إعطاء إجابات دقيقة. إنهم يقولون أكثر مما يمكنهم ان يعرفوا! من اين، اذن، تأتي إجاباتهم؟ إن الاقتراح المقدم للإجابة هو أننا نحمل في داخلنا طريبات سببية ضمنية عن سلوكنا وعن سلوك الآخرين. تماماً كما - - - - - لدينا نظريات ضمنية عن الشخصية؛ فإنه لدينا أيضاً نظريات سببية ضمنية عن لماذا سلك نحن والآخرين بالطريقة التي تسلكها. وعندما نُسأل أن نقدم تفسيرات سببية، لا نعتمد على المشاهدات الدقيقة فحسب، بل نوظف أيضاً هذه النظريات المسببة لصحية. وعندما نفعل ذلك، فإننا حتى لا نفكر أو ربما نرفض التفسيرات التي لا سبب النظرية التي تتبناها.

نتمثل أيضاً عندما نملاً بيانات اختبار أو مقياس تقدير؛ فالتدريج في طريقة ضمنية عن أنواع سمات الشخصية، او الخصائص التي تتماشى مع كثر من سمات على مشاهدات فعلية للسلوك (Saweder & D'Andrade, 1980).
وإذاً هذه التفسيرات لا تستند العوامل الدافعية أو الدافعية التي نفس - - - - -
تفسير الذات؛ فإنه من المهم أن نتعرف ان التشديد يتم على التفسيرات

وبوضوح، ان تقديرات الحودة السببية للمنتجات تأثرت بمكان رمي سلع على الرفوف، حيث حكم على المنتجات المرصوفة على التمييز بكونها ذات جودة أعلى من تلك المرصوفة على اليسار. على سبيل المثال تم تفضيل أكثر الجوارب يمين أربعة أضعاف أكثر الجوارب يساراً، إلا أن المشاركين لم يذكروا هذا موضع المنتج بوصفه سبباً لاختيارهم إياه. بل إبهام، بالإضافة إلى ذلك، عندما سئلوا عن إمكان تأثير موضع المنتج رفضوا تماماً أي اقتراح بأن ذلك من الممكن أن يكون قد أثر في الاختيار.

واستنتج المؤلفان (Nisbett & Wilson, 1977) -في مراجعتهم لتتبع كبير من هذا النوع من الدراسات- أن سؤال المشاركين عن العوامل المؤثرة في سلوكهم، كان ذا قيمة ضئيلة في فهمنا للأسس الحقيقية لسلوكهم. ولم يكن السبب أن الأشخاص لا يرغبون في إعطاء إجابات عن الأسئلة الموجهة إليهم، بل لأنهم عاجزون عن إعطاء إجابات دقيقة. إنهم يقولون أكثر مما يمكنهم أن يعرفوا! من أين، إذن، تأتي إجاباتهم؟ إن الاقتراح المقدم للإجابة هو أننا حمل في داخلنا نظريات سببية ضمنية عن سلوكنا وعن سلوك الآخرين. تماماً كما أنه لدينا نظريات ضمنية عن الشخصية؛ فإنه لدينا أيضاً نظريات سببية ضمنية عن لماذا نسلك نحن والآخرين بالطريقة التي نسلوها. وعندما نُسأل أن نقدم تفسيرات سببية، لا نعتمد على المشاهدات الدقيقة فحسب، بل نوظف أيضاً هذه النظريات السببية الضمنية. وعندما نفعل ذلك، فإننا حتى لا نفكر أو ربما نرفض التفسيرات التي لا تناسب النظرية التي نتبناها.

بالمثل أيضاً عندما نملأ بيانات استخبار أو مقياس نفسية؛ قد ستحتج في إطار نظرية ضمنية عن أنواع سمات الشخصية، أو الخصائص التي تتماشى مع أكثر من اعتمادنا على مشاهدات فعلية للسلوك (Shweder & D Andrade, 1980). ورغم أن هذه التفسيرات لا تستبعد العوامل "الدافعية" أو الدافعية التي يفضل دفعها يحدث تفكير الدافعية؛ فإنه من المهم أن نتعرف أن التفسيرات تدعى على التفسيرات

للاستعورية اللاذاعية المعرفية. إن الافتراض المقدم هو أن الأشخاص لا يستطيعون مشاهدة عملياتهم المعرفية أثناء عملها، ويخطئون كثيراً في الحكم بالاستدلال (Nisbett & Ross, 1980). إننا نقول أكثر مما نعرف، ونعرف أقل مما نصور، بسبب الحدود التي تحد اليات معالجة المعرفة.

إلا أن بعض علماء النفس ذوي التوجه المعرفي، يصلون إلى استنتاج مختلف سكر ما، وهو استنتاج يترك مساحة أكبر للفائدة الممكنة من بيانات التقارير الذاتية. فخرج هؤلاء من بيانات التقارير الذاتية يمكن أن تكون أكثر فائدة بكثير إذا أمكننا ذلك من أن المشاركين انتبهوا جيداً لما يُسألون عنه. بعبارة أخرى، بدلاً من أن تكون الأسئلة عامة وتأملية، لا بد أن تكون محددة بما يمكنكم من تركيز انتباههم. فاصف إلى ما نتعرض في حياتنا اليومية لأحداث متكررة (ذلك أن هناك فاصل في المعلومات المتاحة لنا)، ولذلك فإن لدينا الفرصة لمشاهدة ما قد يفوقنا في سرعة الانسياب. كما أن تفسيراتنا السببية تعكس هذه المشاهدات المتكررة وبناء على طرح فيها عدة، حتى ولو أخطأت في ظرف خاص وغير اعتيادي (Ericsson & Simon, 1980, 1994).

لذلك فإن عالم نفس اجتماعي معرفي مثل باندورا (Bandura, 1986) يرى أن يمكن أن تكون بيانات التقرير الذاتي قيمة هائلة لعلماء النفس المهتمين بالتحصيل، لأن الأسئلة التي سألها للأشخاص لا بد أن تكون مركزة على هدف محدد، وأن تكون إما عوادية، أو تالية مباشرة للأفعال التي يأتيها الشخص. وهكذا فإن الشخص يستطيع أن يصدر أحكاماً عن كفاءتهم الذاتية، أو أحكاماً تتعلق بـ... في... مهتم حصص في مواقف محددة. في نفس الوقت، وبينما يتمسك... بعض أنواع بيانات التقرير الذاتية؛ فإنه ينفذ استخدام الأسئلة بعد... من نموذج بالكت، من قبيل الأسئلة التي تسألها معظم

للاشعورية الدفاعية المعرفية. إن الافتراض المقدم هو أن الأشخاص لا يستطيعون مشاهدة عملياتهم المعرفية أثناء عملها، ويخطئون كثيراً في الحكم والاستدلال (Nisbett & Ross, 1980). إننا نقول أكثر مما نعرف، ونعرف أقل مما نتصور، بسبب الحدود التي تحد أليات معالجةنا المعرفية.

إلا أن بعض علماء النفس دوى التوجه المعرفي، يصلون إلى استنتاج مختلف شكلياً، وهو استنتاج يترك مساحة أكبر للفائدة الممكنة من بيانات التقارير الذاتية. بفرح هؤلاء أن بيانات التقارير الذاتية يمكن أن تكون أكثر فائدة بكثير إذا أمكننا سحر من أن المشاركين انتبهوا جيداً لما يسألون عنه. بعبارة أخرى، بدلاً من أن تكون الأسئلة عامة وتأملية، لا بد أن تكون محددة بما يمكنهم من تركيز انتباههم. - إضافة إلى ما نعرض في حياتنا اليومية لأحداث متكررة (ذلك أن هناك نصاً⁽¹⁾ في المعاد من المناحة لنا)، وذلك من لدينا الفرصة لمشاهدة ما قد يعوتنا في المرة الأولى. كما أن تفسيراتنا السببية تعكس هذه المشاهدات المتكررة وبناء عليه نرجح دقته عدة، حتى ولو أخطأت في ظرف خاص وغير اعتيادي (Ericsson & Simon, 1980, 1990).

ذلك فإن علم من اجتماعي معرفي مثل باندورا (Bandura, 1986) يرى - يمكن أن تكون بيانات التقرير الذاتي قيمة هائلة لعلماء النفس المهتمين بالتحصية، لأن الأسئلة التي سألها للأشخاص لا بد أن تكون مركزة على هدفها محددة، وأن نتي إم موكبة، أو تالبة مباشرة للأفعال التي يأتيها الشخص. وهكذا سأل أساتذتهم أن يصدروا أحكاماً عن كفاءتهم الذاتية، أو أحكاماً تتغير من رسم على أنه مهم حصية في مواقف محددة، في نفس الوقت، وبينما يتمسك - ذرا بغلة بعض أنواع بيانات التقارير الذاتية؛ فإنه ينتقد استخدام الأسئلة العامة محيطية وهي - من موضوع بالكاد، من قبل الأسئلة التي تسمى اسمها معضم

استجابات الشخصية. وهو يتبع استخدام الاختبارات الإسقاطية المصممة على أساس فكرة اللاشعور الدينامي. ويرى أن الطء للملوك الإنساني كما شخص بناء على قوى اللاشعور الدينامي بوصفها سبلا من شكل "الإيمان بالتعاريف" (1)، أو من أشكال "التفكير الروحاني" مما يرجع أصله إلى العصور المظلمة (Bandura & Walters, 1963). كيف يمكننا من منظور نفسي- أن نكون

متأثرين بمثل هذه القوى اللاشعورية، ونظن قادرين على أداء وظائفنا في العالم؟ والخلاصة، يسأل مؤيدو اللاشعور الدينامي، وبعض مؤيدي اللاشعور المعرفي، عن فائدة بيانات التقرير الذاتية، بينما يرى آخرون من مؤيدي المنظور المعرفي أنه يمكن على الأقل الاستفادة من بعض أشكال بيانات التقارير الذاتية في البحوث العلمية. ويبدو الرأي الأخير معقولا، إلا أن السؤال عندئذ يصبح أي أنواع بيانات التقرير الذاتي، وكيف يمكن لهذه البيانات أن تكون ذات دلالة؟ ويمكن أن صوغ السؤال بطريقة أخرى: هل هناك بعض جوانب الأداء في الشخصية يكون محكومة بالعمليات اللاشعورية و غير الشعورية لدرجة نجعل دراستها عن طريق بيانات التقرير الذاتي غير ذات جدوى؟ إذا كان الأمر كذلك؛ فما هو مستوى أهميته هذه الجوانب في الشخصية، وبأي طريقة أخرى يمكننا دراستها؟

إن الموقف هنا هو أنه سوف يباب كافيه نعلق بأهمية العمليات اللاشعورية لأداءات الشخصية، بحيث يصبح علينا أن نكون حذرين ومحتوبين في اعتماد على بيانات التقرير الذاتية. إن هناك جوانب دالة من أدائنا ليست متاحة لوعينا وتقريرنا الذاتي. سواء تم تفسير هذا من منظور اللاشعور الدينامي أو اللاشعور المعرفي (T. D. Wilson, 1994). وكما سم الإشارة في مقدمة هذا الفصل، فإن هذا الوضع يطرأ أمام الباحثين في الشخصية بعض المشكلات الميضية الجادة لتغاية. ندو أننا سنجتاح في المستقبل إلى الاعتماد على مصادر متعددة للبيانات

لإجراء أى فحص: التقارير الذاتية، وقياس أحلام اليقظة، والبيانات الفسيولوجية والسلوك الصريح، وعندئذ سيكون علينا إعادة صياغة العلاقات بين هذه الأنواع المتداخلة من البيانات، وأن نفهم لماذا تظهر بيانات المصادر المتنوعة اتفقا في ظل ظروف معينة أعلى من لاتفاق الذى تظهره فى ظروف أخرى. إن هذه المهمة هائلة الصعوبة ولكنها لا تختلف من حيث المبدأ مع حالة التشخيص الطبى، حيث يمكن لكثير من الاختبارات الشخصية أن تكون ذات فائدة، وإن كانت توحى أحيانا توحى باستنتاجات غير مؤكدة. ويمكن أن يكون بعض هذه الاختبارات ذا فائدة أكثر فى بعض المواقف، بينما يكون اختبارات أخرى أكثر إفادة فى مواقف معاكسة.

الخلاصة

تتاولنا فى هذا الفصل موضوعا أسعنا من الظواهر اللاشعورية واثارها على الإدراك والذاكرة والاتجاهات والسلوك بين الأشخاص كما رأينا كيف أنه بعد ما يقرب من قرن من تأكيد أنصار التحليل النفسى، ومن الإهمال النفسى لمثل هذه الظواهر من قبل علماء النفس الأكاديميين، أصبح عمل وتأثير العمليات اللاشعورية منطقة شديدة الأثرة للاهتمام لبحثى. وقد تمت معرفة أهمية العمليات اللاشعورية، وهو عنها مكانتها التى تستحقها بوصفها موضوعا أساسيا لعلم نفس الشخصية.

فى نفس الوقت الذى اشترك فيه الفاحصون الإكلينيكيون وعلماء النفس التحريبيون فى هذا الاهتمام؛ فإن المحصنة عتق تميلان للاختلاف حول الظواهر محل الاهتمام وعلى تفسيراتهم لهذه الظواهر. فيعتبر اللاشعور النيامى - الذى يسهل التحليل النفسى - بالدوافع والذرائع والدفاعات واللاعقلانية، وبكونه غير مناج للشمور. بينما ينظر اللاشعور المعرفى الذى يتنبه علم النفس المعرفى، باعتباره معالجة لمعلومات - بمشكلات فى الأنس وفي مساحة تخزين المعلومات بالاضافة إلى كونه غير شعورى بناء على عدد من تدخلات من هذه المخطوطة، رين مشك من وجوب النظر؛ فى اللاشعور النيامى واللاشعور المعرفى بظلال متقوس.

متمايزين، إذ تبدو هذه الظواهر نفسها متنوعة لدى مثلى كل منظور، حيث يمكن أن يقبلوا بعضها بوصفها شارحة وموضحة للمفهوم ولا يقلون أخرى. بالإضافة إلى أن ظواهر اللا شعور تبدو متنوعة لدرجة قد تجعلنا في حاجة للتفكير في صيغة تعرض أكثر من مستويين أو حتى ثلاثة مستويات من الشعور، مع تمييز بعض الظواهر بخصائص أكثر من مستوى واحد (Bargh, 1989; Bowers, 1992).

ويمكننا - بالنسبة لتنوع العمليات اللا شعورية وثرائها وأهميتها- أن نفهم لماذا يؤدي حس تقديرها إلى أسئلة نظرية ومنهجية عميقة. كيف تنمذج هذا التقدير الجيد للعمليات اللا شعورية في فهمنا لأداء الشخصية ليصبح سؤالاً نظرياً عظيماً. كيف نفهم أهميتها لمختلف قياسات الشخصية ليصبح سؤالاً مسيحياً عظيماً بدوره. وكما أشرنا، فلنبدأ دلالة خاصة مدى اعتمادنا وثقتنا في بيانات التقارير الذاتية ليقوم بتقدير وقياس جوانب مهمة في الشخصية. فعندما نهتم بحسب الكيفية التي يدرك بها الأفراد الأحداث، أو يدركون بها أنفسهم أو الآخرين على المستوى الشعوري؛ فإنه لا توجد مشكلة في استخدام بيانات التقارير الذاتية. أما عندما نكون مهتمين بالتفسيرات السببية، في مقابل الأسباب التي يفهمها الأفراد لسلوكهم، وعندما نكون مهتمين بالتمساعر اللا شعورية تجاه الذات أو تجاه الآخرين؛ فإن استخدام بيانات التقارير الذاتية يصبح أكثر إشكالاً. فمن ناحية، يبدو أن الأفراد عندما ينتهسون لأحداث معينة، وعندما لا يكونون مؤورطين انفعالياً أو دافعيًا بدرجة زائدة، وعندما لا يطلب منهم أن يعمدوا بكثرة على ذاكرتهم طويلة المدى؛ فإنه يمكنهم أن يكونوا متشبهين بغيرهم من حيث خبرتهم لدرجة معقولة، إلا أنه، من ناحية أخرى، عندما لا يكون الأفراد على حذر، وعندما يكونون شديدي انورط انفعالياً أو تكون مشاعرهم سلبية، فإنهم عندما يطلب منهم أن يتحدثوا لأحداث في الماضي لنجيب؛ فإنهم عندما يكونون هم أنفسهم يصبح محل شك أكثر. والسؤال الآن: أين تقع معظم الظواهر التي ندرسها في هذا المجال؟ وبالنسبة لظواهر معينة بين الجانبين؟ بدر سوانر

المفاهيم الأساسية

لا شعور Unconscious: تلك الأفكار والخبرات والمشاعر التي لا نعيها.

الإدراك تحت عتبة الشعور Subliminal Perception: إدراك التجهيزات على

الرغم من عدم وصولها لحد عتبة الوعي بها أو بعملية الإدراك.

مهمة استماع مزدوج Dichotic Listening Task: مهمة يطلب فيها من

المشارك في التجربة أن ينتبه لتنبهات تقدم إليه في إحدى أذنيه، بينما تقدم إليه تنبيهات أخرى في أذنه الأخرى.

ذاكرة ضمنية Implicit Memory: آثار للذاكرة تحدث في غياب التذكر

الشعوري للمنبه.

إدراك ضمني Implicit Perception: إدراك دور الوعي الشعوري، كما في

الإدراك تحت عتبة الشعور.

ظواهر تفككية Dissociative Phenomena: حالات يحدث فيها أن تخرج

بعض الأداءات المهمة للشخص عن دائرة وعيه أو درايته، وحيث لا تتكامل هذه الأداءات مع بقية أداءات الفرد النفسية.

التعلم بالعبرة، والتشريط بالعبرة Vicarious learning, Vicarious

Conditioning: العملية التي يتم من خلالها تعلم استجابات انفعالية من خلال

مشاهدة الاستجابات الانفعالية للآخرين.

عمليات آلية Automatic Processes: عمليات معرفية تتحول إلى روتينية

درجة أن بعضها قد يحدث لا شعورياً.

كبت Repression: مفهوم التحنيل النفسي عن آلية الدفاع التي تدفع خلالها

إبعاد أو إقصاء فكرة أو حاطر عن الشعور.

فكرة ضمنية Implicit Thought: حل مشكلة في غياب الوعي اليقظ.

الاشعور دينامي Dynamic Unconscious: مفهوم الاشعور المرتبط بنظرية التحليل النفسي ومفهوم الكبت.

Subliminal Psychodynamic تنشيط نفسي دينامي تحت شعوري
Activation: الإجراء البحثي المرتبك بنظرية التحليل النفسي والذي تقدم فيه التنبهات تحت حد عتبة الإدراك؛ لكي تنبه أو تستثير الرغبات والمخاوف اللاشعورية.

آليات الدفاع Mechanisms of Defense: مفهوم فرويد عن تلك الوحدات النفسية التي يستعملها الفرد لتخفيض القلق؛ مما ينتج عنه إقصاء بعض الأفكار والرغبات والمشاعر عن الوعي.

Controlled Information Processing معالجة مضبوطة للمعلومات
معالجة للمعلومات تحتاج جهداً وتتم تحت السيطرة المرنة من الفرد، وذلك في مقابل المعالجة الآلية للمعلومات.

Automatic Information Processing معالجة آلية للمعلومات
المعلومات لا تحتاج جهداً وتكون آلية ونحدث خارج الوعي، في مقابل المعالجة المضبوطة للمعلومات.

Chronically Accessible Constructs تكوينات ممتدة الاستخدام: مخطط جاهز للتنشيط العفوي، وخاصة مخطط الذات.

ملخص الفصل

١- بالرغم من وجود وجهات نظر متباينة فيما يخص أهمية ظهور اللاشعور بالنسبة لأداء الشخصية لوظائفها؛ فإن هذا الفصل يوحى بأنها ذات أهمية عظيمة لكل من النظرية والبحث العلمى (على سبيل المثال: استخدام مفاهيم التقارير الذاتية).

٢- بالرغم من أننا نتحدث أحياناً عن لاشعور ما؛ فلنأخذ نتحدث فى الواقع عن مصامين وعمليات يمكن أن يكون لها أثر على أداء الشخصية، دون أن يعيها الفرد ولا أن يعي آثاره. ويمكن اتخاذ ظواهر متنوعة بوصفها ممثلة للعمليات اللاشعورية، وهذا يعتمد على وجهة نظر الباحث (على سبيل المثال: الإدراك تحت الشعور، الذاكرة الضمنية، الظواهر التفكيرية، الإبصار المكفوف، التشريط دور وعى، العمليات الآلية، الكتب).

٣- ظل مفهوم اللاشعور مفهوماً حلاقياً على مر تاريخه. أما اليوم فهناك اتفاق كبير حول وجود العمليات اللاشعورية كما يتبناها مؤيدو التحليل النفسى فى إطار اللاشعور الدينامى، ويتبناها مؤيدو نظرية معالجة المعلومات فى إطار اللاشعور المعرفى. إلا أنه لا يوجد اتفاق حول كيفية عمل هذه العمليات اللاشعورية. وتتركز الاختلافات بين مؤيدى المنظورين على مصامين العمليات اللاشعورية ووظائفها وخصائصها، ومدى كونها مناحة للشعور.

٤- يرتبط اللاشعور الدينامى كما يؤكد المحللون النفسيون بالخصمال المعبرة، والدوافع، والصراعات. بالرغم من أن المفهوم يعتمد أساساً على التحليل الإكلينيكي؛ فإن بعض البحوث التجريبية (على سبيل المثال لتفسير السكودينامى تحت الشعور) توفر له دعماً منهجياً. وهناك دلائل تجريبية تدعم فكرة وجود بعض الدوافع الدفاعية (على سبيل المثال: الإسوداد الكلى)، بالإضافة إلى استخدام بعض ليات خاضع لذات من أجل حصص

نفس الداء ومع ذلك، وعند هذه المسألة؛ فإنه لا يوجد حجم قوي ومناسك
من دلائل حربية اتي من ساء أن تظهر اما بعد متفوعا (ان: دفاع)
أو رفعا لتكبت في ظل شروط محددة.

٥- تدخل كل العمليات المعرفية غير المتاحة لنوعي (على سبيل المثال: المعالجة
الآلة-، تكييفات الإتاحة المتواصلة أو العمليات الآلية لإدراك الفرد للعالم
وتفسيره) في إطار اللاشعور المعرفي، بغض النظر عن السبب في كونها
غير متاحة. وفي هذا السياق هناك دلائل قوية على التأثيرات اللاشعورية
على الذاكرة والتركيب والمخاطر والاتجاهات والميلون تجاه الآخرين.

٦- برر لمدى استوع من اطواهر المشمولة في مفهوم اللاشعور، وفي
التحليل المتطورين: التحليلي النفسي والمعرفي؛ مدى الحاجة لأكثر من فئة
وصفية (على سبيل المثال: الشعور، قتل الشعور، غير الشعور، اللاشعور).
بالسبب اتي انه يمكن للأفكار والخبرات أن تحدث على مستويات متنوعة
من نوعي. وان تكون لها خصائص مرتبطة بأكثر من فئة واحدة.

٧- يتساءل مويديو منظور اللاشعور الدينامي، وكذلك كثير من مؤيدي اللاشعور
المعرفي حول مشكلة استخدام مقاييس التقارير الذاتية في البحث في
الشخصية. وعلى الجانب الآخر، يفترض بعض علماء النفس من ذوي التوجه
المعرفي أن هذه المقاييس يمكن أن تكون مفيدة عندما يُسأل الأشخاص أسئلة
محددة عن طواهر كانوا منتهين لها.

الفصل الثامن*

مفهوم الذات

نظرة عامة على الفصل:

يتناول في هذا الفصل البحث العلمي في مفهوم الذات^(١)، الذي بحث واحداً من أكثر المواضيع تعرضاً للتحقق في المجال، حيث نتعامل مع: كيف يرتقي الإحساس بالذات، وما الطرق والمفاهيم المختلفة التي نقيم بها منظور الشخصية الذات، وما الدوافع والفروق الفردية في متغيرات الشخصية التي ترتبط بها، مثل، الفروق الفردية في كفاءة الذات، والوعي بالذات^(٢)، وتقدير الذات، وأخيراً ما إذا كانت الذات متموصعة في الدماغ، وما إذا كان مفهوم الذات يختلف عبر الثقافات.

أسئلة يتناولها هذا الفصل:

- ١- ماذا نقصد بمفهوم الذات؟ وهل يعد مفهوم الذات ضرورياً لعلم نفس الشخصية؟
- ٢- كيف يرتقي الإحساس بالذات؟
- ٣- هل تدفعنا حاجتنا إلى تحقيق الذات أكثر مما تدفعنا حاجتنا إلى تعزيز الذات^(٣) أم العكس؟ هل تدفعنا رغبتنا في أن نعرف بما نحن عليه؟ أم بما نود أن نكون عليه؟
- ٤- ما متضمنات الفروق الفردية في مسائل مثل إيمان المرء بكفاءته الخاصة؟ أو في تركيز المرء انتباهه على ذاته مقابل التركيز على التنبيهات الخارجية؟ أو في أسس التي تتحقق فيه المعايير التي نضعها المرء وذلك التي نضعها الآخرون؟ وما تضمينات تقدير الذات المرتفع أو المنخفض؟
- ٥- هل يمكن أن تتموصع الذات في المخ؟ وهل يختلف مفهوم الذات عبر الثقافات، أم أنه مفهوم عالمي؟

^(١) "The Concept of the Self (١)"

Self and Society (٢)

the Concept (٣)

في عصرنا هذا، أصبح من السهل التعرف على الذات، ولكن من الصعب فهمها. من الصعب فهم الذات، لأننا نعيش في عالم مليء بالتحديات والتغيرات. ومع ذلك، فإن فهم الذات هو الخطوة الأولى لفهم الآخرين. في فترات دورية، نحاول فهم الذات من خلال مفهوم الذات مفيداً وضرورياً؟ فالتحدي المرتبطة بمفهوم الذات هو كيفية التعرف على الذات. ومع ذلك، فعندما نحاول دراستها وافتحها، يبدو كما لو أننا نحاول القصر على ريشة يحملها الرياح. وبالتالي، وكما سترى، فإن فترات الاهتمام الكبير بالذات قد تبادلت مع فترات الرفض الكامل لها كموضوع مفيد للحديث.

لماذا ندرس مفهوم الذات؟

لماذا هناك حاجة لدراسة مفهوم الذات؟

أولاً، يدرك مفهوم الذات بلغة حياتنا اليومية وخبرتنا الظاهرية⁽¹⁾. فمصطلحات مثل الوعي بالذات وتقدير الذات والأناوية وحب الذات⁽²⁾ تشهد على أهمية الذات من وجهة نظر وجودية. فهذه المصطلحات والمشاعر المصاحبة لها تشكل الجزء الأعظم مما يحدث عنه المرضى في كل أشكال العلاج، إلا أن المعالج يقوم بتفسير ما يفعله المريض، حيث يشعر المريض في معظم الحالات بغياب الرضا عن بعض جوانب الذات أو عن الذات ككل.

ثانياً، يبدو أن الذات تمثل جزءاً مهماً من الطريقة التي يفسر بها الشخص العالم، حيث تبرز الذات مبكراً في الطفولة وتبدأ في تشكيل جزء مهم من تصور الطفل للعالم. نحن من خلال قدرتنا على تمثيل أنفسنا عن الآخرين ومدى انعكاس هذا على أنفسنا، نستخدم مفهوم الذات لتسمية وتنظيم المعلومات. وكما

حدثت في أمة علمية معرفية مستمرة؛ فإن المعلومات الحديثة التي تتعلق بالدات يجب أن نقيم معادل المفاهيم القديمة، وبالتالي نسمح أيضا دأحلها أو تحدث بها تعبيرات. بمعنى آخر، ليست الذات حيرانية^(١) فحسب، لكنها أيضا مفهوم ذو متصمات مهمة للأداء الوظيفي لنسقنا المعرفي^(٢).

وأخيرا، فإن مفهوم الذات ضروري لفهم ما قد يسو - بدونه - مساقصا أو غير مرتبط بالنتائج، فمثلاً، يكون أداء الفرد محتلفاً عندما يكون لديه دافع أو يكون مستغرقاً في ذواته^(٣)، بشكل مختلف عما إذا لم يتوفر هذا الدافع أو هذه العلاقة. يبدو أن مفهوم الذات ضروري لفهم مثل هذه الفروق في الأداء. بل نكاد نقول إن مفهوم الذات هو ما يعطى تنظيمًا ووحدة لمختلف الطرق المختلفة التي يؤدي بها الشخص وظائفه في ظل مختلف الظروف. فيغير مفهوم الدات؛ هل هناك طريقة نستطيع بها التعبير عن الأوجه المنظمة والمتكاملة للأداء النفسي الإنساني؟

باختصار، يبدو أن الذات تشكل جزءاً رئيساً من خبرتنا ومفهومنا عن العالم؛ وهي تلعب دوراً عظيمًا في الطريقة التي نسلك بها، وهي تعطي الوحدة لأداءاتنا الوظيفية. ومع ذلك، فكما لوحظ تاريخياً كانت هناك موجات صعود وهبوط في الاهتمام بمفهوم الذات. ففي سنة ١٩٧٥ عندما بدأت العمل في كتاب "قضايا وخلافات معاصرة حول الشخصية"^(٤)؛ تناقشت حول ما إذا كنت سأصممه فصلاً عن الذات. أما اليوم، فإن المرء لا يستطيع أن يتصور إغفال مثل هذا الفصل في كتاب عن البحوث المعاصرة في الشخصية. فمئات من الدراسات تشر سنوياً عن الذات وهناك اهتمام كبير بمفهوم الذات بين منطري التحليل النفسي ومنطري المعرفة الاجتماعية^(٥). وسنرى في هذا الفصل كيف فسر هؤلاء المنطرون الذات، كما

سنتناول ما مما إلى فهمنا عن ساء الذات والعمليات النفسية المرتبطة بها. وقيل أن نفعل هذا سنراجع بشكل موجز تاريخ المفهوم لكي نضع تطوراته الجارية داخل منظور تاريخي. وفي مسار تناولنا لهذا المنظور التاريخي ستكون لدينا أيضًا الفرصة لمناقشة فكر بعض كبار منظري الذات في العصر الحديث.

موجات ازدهار وهبوط الاهتمام بالذات: منظور تاريخي

فم "وليام جيمس" (William James, 1890) مصطلح الذات لعلم النفس الأمريكي سنة ١٨٩٠. وفي مقالة عن إسهامات وليام جيمس بخصوص احتفال منوي- لاحظت ماركوس (Markus, 1990) أنه "على الرغم من أن الأوجه العديدة لتطور جيمس عن الذات كانت مؤثرة جدًا، إلا أن رأيه عن الذات بوصفها موضوعًا محوريًا للحياة النفسية تم تحاطه بشكل كبير" (p. 181). وتلاحظ ماركوس أن جيمس كان "عاطفيًا" تجاه الذات وأعطاه اهتمامًا وتأكيدًا محوريين. وتبعًا لجيمس تعد الذات مركزًا لكل خبرتنا، ونحن نقسم العالم إلى "أنا" و"لا أنا". وهذا التمييز، وكيف أعرف ما هو "أنا" يعتمد على تفاعلاتنا مع الآخرين، وهي وجهة نظر مشتركة بين منظري الذات المعاصرين. وبالتالي، بناءً على هذه النظرة فإن إحساسنا بالذات يجعلها تبدو وكأنها "منظر للرؤية"، أو هي ذات عاكسة تعتمد على إدراكنا للكيفية التي تبدو بها للآخرين المهمين بالنسبة لنا (Cooley, 1902; Mead, 1934). وثمة جزء مهم مما هو "أنا" يتمثل في تلك النغمة الانفعالية في شعورنا بالذات^(١) - تقديرنا للذات.

ولأن جيمس آمن بأن تفاعلاتنا الاجتماعية كانت مفتاحًا لفهمنا عن ذاتنا، ولأن تفاعلاتنا تتنوع تبعًا للمواقف والأفراد الذين نتفاعل معهم؛ فقد كد على أهمية أن لنا عددًا من الذوات، ففي فقرة يتم اقتطافها بشكل متكرر افترض جيمس (James, 1890) أن:

Self Feeling (١)

"الحديث بدقة، يمتلك الإنسان من الذوات الاجتماعية بقدر ما هناك من الأشخاص ممن نتعرفون عليه ويحملون عنه صورة في رؤوسهم. ولكن بما أن الأفراد الذين يحملون صوراً يقعون بشكل طبيعي في فئات، فيمكن أن نقول عملياً إن للمرء من الذوات الاجتماعية المختلفة بقدر ما هناك جماعات من الأشخاص الذين يهتم هو برأيهم فيه" (p. 294).

وطبقاً لهذه الرؤية القائلة بتعدد الذوات، ربما يكون للمرء، بالتالي، ذاتاً للعمل وذاتاً للفسحة واللعب، وذاتاً للمدرسة وذاتاً عائلية وهكذا. ربما يكون لبعض الناس عدد كبير من هذه الذوات، بينما يكون للآخرين القليل منها. ومع ذلك، تحتاج هذه الذوات لا لأن تكون منعزلة أو متشظية^(١) بعضها عن الآخر، بل يمكن أن تتكامل بطريقة ما لتشكل إحساساً بمزيد من وحدة الذات.

وسبب محورية الذات، اعتقد جيمس أيضاً أن العمليات النفسية لا يمكن أن تفهم إلا في سياق فهم الذات. فمثلاً تتأثر الدافعية بما إذا كانت الذات مرتبطة بموضوعها أم لا، كما تنشط "إرادات" المرء عندما يتصور أن النتيجة النهائية متعلقة بالذات. بمعنى آخر، ما يحدثنا على التصرف بشكل إرادي، لنفعل ما نريد فعله ونتجنب ما نريد تجنبه، هو إدراكنا لمدى تعلق الفعل بذواتنا (Cross & Markus, 1990).

ومع صعود السلوكية، حدث تراجع في الاهتمام بالذات، فقد كان واطسون (J. B. Watson, 1919, 1930)، أبو السلوكية، معارضاً لدراسة العمليات الداخلية واستخدام تقرير الذات الفينومينولوجي. فقد كانت مهمة علماء النفس عنده هي القياس الموضوعي للسلوك الظاهر. وهكذا تم استبعاد دراسة الذات كمجال مناسب للبحث بواسطة الميكولوجيين العلميين. أما في الأربعينيات فقد عاد للظهور اهتمام كبير بالمفهوم، لا سيما في أعمال جوردون أولبورت Gordon Allport وكارل روجرز Carl Rogers. قد سبقت الإشارة بالفعل إلى الكتاب الثوري في

الشخصية لأولبورت (Allport, 1937)، الذى احتوى على فصل عن الذات. وكما فعل جيمس تناول أولبورت عدداً من المواضيع التى تشغل اهتمام علماء الشخصية اليوم - الوعى بالذات، وتفسير الذات، وقدرة الأفراد على حذاع أنفسهم. وعلى الرغم من اهتمامه الدائم بوحدة الشخصية، فإن أولبورت (1961) لم يؤكد على الدور المحورى للذات فى تنظيم الشخصية إلا فى وقت متأخر نسبياً. أما تأكيد روجرز على الذات كأساس للخبرة، فلم يفعل إلا أن يشير إليه هنا، حيث سنبناؤه لاحقاً بشكل أعمق.

على الرغم من تأكيد أولبورت وروجرز وآخرين على الذات؛ فقد وجد أولبورت فى سنة ١٩٥٥ أنه من الضرورى توجيه السؤال حول ما إذا كان مفهوم الذات ضرورياً؟ وقد أظهرت المراجعة التى أجريت فى نهاية العقد إلى أن هناك الكثير من المشكلات فى البحوث التى أجريت فى ذلك الوقت (Wylie, 1961). وبشكل أكثر تحديداً تضمنت المشكلات تعدد واختلاف تعريفات مفهوم الذات ومقاييسها، كما تضمنت نقصاً فى الاتفاق بين المقاييس المختلفة. فهل تتكون الذات أساساً من مشاعر أم مفاهيم أم إدراكات لسلوكنا؟ هل نملك ذاتاً واحدة أم عدداً من الذوات؟ هل هناك "ذات عامة" و"ذات خاصة"؟ "ذات شعورية" و"ذات غير شعورية"؟ وإذا كان الأمر كذلك، فكيف ترتبط كل هذه الذوات ببعضها البعض وبالسلوك؟ هل تعد التقارير الذاتية أساساً مناسباً لقياس الذات أم أننا فى حاجة إلى تكتيكات أخرى، كالمقاييس الإسقاطية مثلاً؟ وإذا تم استخدام مقاييس متعددة فكيف نربط النتائج ببعضها البعض الآخر؟

بدأت أسئلة مثل هذه معقدة جداً وضرورية جداً مغامراً، وكذلك بدأت الجهود المبدولة لإحابتها معيبة جداً؛ فلم يبد أفاق التقدم المتوقع سنة ١٩٦٠ حيلة. وبالذلى. وفى سنة ١٩٦٣ عاد السؤال عما إذا كان مفهوم الذات ضرورياً لنطرح مره أخرى (Epstein, 1973). كانت الثورة المعرفية تحل محل السلوكية كنموذج مسيطر فى علم النفس؛ إلا أن العالمية اعطى مر علماء الشخصية طبعاً محمداً عن نفسى

مفهوم الذات. ومع ذلك، ومنذ ذلك الوقت عاد الموضوع للبروز بشدة، وليس من الواضح تمامًا لماذا يحدث هذا. من المحتمل أن يرجع ذلك إلى أن المتخصصين في علم الشخصية وعلم النفس الاجتماعي قد بدؤوا في استعمال مفاهيم من علم النفس المعرفي في مجال الشخصية. هكذا اقترحت ماركوس (Markus, 1977) أن تعالج الذات بوصفها بناءً أو مخططاً معرفياً. وتمثل مخططات الذات^(١) هذه تعميمات معرفية عن الذات، مما يشق من الخبرة السابقة. ومثل كل المخططات فإن مخططات الذات تنظم معالجة المعلومات وتوجهها، في هذه الحالة نحن نقصد المعلومات المتعلقة بالذات. إلا أن تطبيق المبادئ المعرفية على الشخصية لا يمكن أن تقدم تفسيراً كلياً للعودة إلى الاهتمام بالذات؛ فثمة منظرون آخرون، كالمحللين النفسيين مثلاً، ممن أطهروا اهتماماً متجدداً بالذات مع أنهم كانوا بعيدين عن الثورة المعرفية. ربما دفع تراكم ما لقى عامة في المجتمع علماء الشخصية إلى التركيز على الذات، وهذه القوى هي التي دفعت إلى ما يطلق عليه "جيل أنا"^(٢) في الثمانينيات.

إذا كانت الأسباب التي دفعت إلى نمو الاهتمام بمفهوم الذات، فإنه لا يمكن إنكار عودة الاهتمام بها بوصفها جزءاً محورياً في علم الشخصية وعلم نفس الاجتماعي (Baumeister, 1999, Robins, Norem & Cheek, 1999). وفي كلمات أحد المراجعين الجدد، "إن محاولة مراجعة الأبحاث التي تجرى عن الذات أو مقابعتها، يشبه محاولة الحصول على شربة ماء من خرطوم إطفاء الحريق" (Baumeister, 1998, p. 681). إجمالاً، يمكننا أن نرى من هذه المراجعة الموجزة كيف كان مسار دراسة مفهوم الذات غير مستوٍ، إذ يبرز في نقطة ويُهمل في نقطة غيرها، ويُعترف بأهميته الجوهرية في دراما الحياة، بينما هو مرلوغ لدرجة تحبط دوماً أولئك الذين يسعون للإمساك به بأساليب العلم. وعلى طول

المدى، بدءًا من وليم جيمس منذ أكثر من مائة عام، لم يستطع علماء النفس أبدًا إهمال إشغالهم بالذات. وكما سنرى على مدار هذا الفصل؛ ظلت الأسئلة والمسائل الأساسية كما هي: متى وكيف ترتقى الذات؟ هل هناك ذات واحدة أم عدد من الذوات؟ وإذا كان هناك عدد من الذوات فكيف تنتظم إلى الحد الذي لا يشعر فيه جميعًا بأن لنا شخصيات عديدة؟ وإذا كنا نتيبين من موقف إلى آخر، ومن فترة إلى أخرى فما الذي يمننا بالإحساس بالوحدة والهوية؟ وإذا كان جزء من الذات هو ما نفكر فيه وما نشعر به، فما العلاقة بين الأوجه المعرفية والوجدانية للذات؟ ما علاقة الذات بالسلوك: إذا كنا نرى أنفسنا بشكل مختلف فهل من الضروري أن نسلك بشكل مختلف؟ وإذا سلطنا بشكل مختلف؛ فهل من الضروري أن نرى ذاتنا بشكل مختلف؟ وأخيرًا هل يمكن أن تكون لدينا إدراكات ذات لا شعورية^(١)؟ وإذا كان الأمر كذلك، ما مدى أهميتها، وكيف يمكن تقويمها؟ لدينا أسئلة كافية لنهضم بها. لنبدل الآن جهننا لتوفير إجابات.

ارتقاء الذات

متى وكيف ترتقى الذات؟ هل يولد الرضيع بذات؟ وإذا لم يكن يولد بذات، فكيف نعرف أن الذات تبرز؟ إنه من اليسير أن نسأل المراهقين والراشدين ليخبرونا عن أنفسهم، ولكن ماذا نفعل مع الرضيع أو الطفل الصغير؟ علاوة على ذلك، هل البشر وحدهم لديهم القدرة على الإحساس بالذات؟

لقد اهتم المتخصصون في علم النفس الارتقائي بالذات، ووضعوا تصورًا للمراحل المختلفة للارتقاء في فهمها^(٢) من مرحلة الرضاعة إلى المراهقة (Damon & Hart, 1988; Harter, 1999) أولاً، لبدء التمييز بين إدراك الذات والوعي بالذات. فقد استخدم الارتقائيون مصطلحات متنوعة، ولكن الفطة الأساسية هنا هي التمييز بين إدراك الرضيع لوجوده المنفصل عن الأشخاص والمواضيع

Unconscious Self Perceptions (١)
Self - Understanding (٢)

الفيزيائية الأخرى، وقدرة الطفل على التفكير في ذاته، والتي تعني ارتقاء الوعي بالذات. ويشير البعض إلى إدراك الذات والوعي بالذات بوصفهما الذات الوجودية^(١) والذات المفولة^(٢) (Lewis & Brooks-Gunn, 1979)، ويشير آخرون إلى التمييز الذي وضعه وليام جيمس بين "I" و"Me"، على أساس أن "I" تشير إلى الذات التي نمتلكها ونلاحظها، في حين أن "Me" يشار إليها بوصفها الذات التي نجرى ملاحظتها، أو هي موضوع المعرفة بالذات^(٣) (Damon & Hart, 1988; Harter, 1999).

هناك نقطتان تستحقان الاهتمام حول هذا التمييز الذي وضعه المتخصصون في علم النفس الارتقائي. أولاً، في الإشارة إلى ارتقاء الذات، يجب أن يكون واضحاً أي وجه من أوجه الأداء الوظيفي للذات يتم تناوله. ثانياً، تعد التطورات المعرفية مكونات مهمة في ارتقاء الذات، حيث يمثل ارتقاء الوعي بالذات ارتقاء نوعياً فيما وراء إدراك الذات. وبالتالي، بينما من المتعارف عليه أنه من الممكن للرئيسيات الأخرى إدراك الذات، فإنه من المفترض أن الوعي بالذات مقصور على البشر والفردة العليا (كالشمبانزي) (Lewis, 1992a).

الذات كموضوع منفصل عن الأفراد والمواضيع الأخرى: إدراك الذات

كيف يستطيع الرضيع تنمية إحساس بذاته ككيان منفصل عن الأفراد والمواضيع الأخرى؟ يفترض المتخصصون في علم النفس الارتقائي أنه في حوالي الشهر الثالث يبدأ الطفل في تمييز ذاته عن الآخر (Lewis, 1990a, 1990b). يرتكز هذا التمييز، في الجزء الأكبر منه على الفروق الحسية المصاحبة للذات الجسمية^(٤) كمقابل للذات غير الجسمية (Butterworth, 1992)، فمثلاً، تختلف إحاسيس الرضيع من لمس جسمه عن تلك التي يلمسها عندما يلمس المواضيع

Existential Self (١)

Categorical Self (٢)

Self-Knowledge (٣)

Bodily Self (٤)

الأخرى، فهي تختلف في حالة عصفه ليده أو قدمه، عنها في حالة عصفه لأيدي أو أقدام الآخرين، أو عرض المواضيع الفيزيائية الأخرى. للتوضيح بمثل آخر، فسين خبرة المتابعة البصرية تختلف عندما يحرك الرضيع رأسه، عنها عندما يظل ثابتاً بينما يلاحظ الآخرين يتحركون. بالإضافة إلى أنه يتوفر دليل على أن الرضيع يستجيبون بشكل مختلف لأصواتهم عن استجاباتهم لأصوات الرضيع الآخرين. فمن يوم الميلاد يكي الأطفال عند سماعهم صوت بكائهم، أقل مما يكون إذ يسمعون صوت بكاء الأطفال الآخرين (Martin & Clark, 1982). فشكل ما يستطيع حديث الولادة تعرف نبرات صوته وتمييزها عن نبرات أصوات الأطفال الآخرين. بالإضافة إلى هذه التمييز الحسية، يستطيع حديثو الولادة تعلم الارتباطات المحسنة⁽¹⁾ بين حركات أيديهم أو أقدامهم وبين التغيرات في المواضيع المحيطة (Lewis, Sullivan, & Brooks-Gunn, 1985). فمثلاً، يلاحظ الرضيع أن تحريك ذراعيه كان له تأثير على الشيء المعلق في مهبده، والعلاقة بين هذه الحركات وتأثيرها مختلفة عن حركات الذراع التي يلاحظ للطفل أنها من فعل الآخرين؛ حيث إن هناك فرقاً في الرابطة: الفعل - النتيجة بين أفعاله وأفعال الآخرين (Rovee-Collier, 1993). والوعي بمثل هذه الفروق في الروابط، بين الفعل - النتيجة يسهم في ارتقاء الذات المدركة:

وأخيراً، فإن هناك ارتقاء متزايداً في إدراك ثبات الموضوع، ومن ثم الإحساس بالذات، وكذلك بالآخرين، كمواضيع ثابتة عبر مواقف متنوعة. فاختفاء شيء ما عن الرؤية لا يعنى أنه لم يعد موجوداً، والتغير في مظهر شيء ما، لا يعنى أنه لم يعد نفس الشيء. هكذا أصبح الرضيع يتعرف على ذاته بوصفها نفس الشيء، فـ "جون" هو جون (أو كارين هي كارين) سواء كان في هذه الغرفة أو غيرها، وسواء كان يلعب مع الأولاد أو رفاق اللعب أو الكلب.

باحتمار، في المدة ما بين عمر ثلاثة شهور وحتى سن سنة ونصف يرتقى الإحساس بالذات المدركة^(١). وتتضمن الذات المدركة فهم أن حسد الفرد مستمر عبر المواقف، وأن جسد الفرد له خبرات مختلفة عن خبرات المواضيع الأخرى، وأن هناك نتائج يمكن أن تترتب على أفعال الفرد. وعبر الارتقاء في هذه المهارة المعرفية والحركية ترتقى الذات كعامل نشط ومستقل وسببي.

ارتقاء الوعي بالذات

في حوالي الشهر الخامس عشر يرتقى الوعي بالذات- وهو القدرة على تأمل الذات ومعاملتها كموضوع منفصل. فكيف نتبع بدايات الوعي بالذات؟ أحد الاختبارات التي تستخدم هنا هي تعريف الفرد على ذاته في المرأة. فعند أية نقطة يظهر الطفل تعرفاً على الذات^(٢) بمعنى فهمه أن الصورة المنعكسة في المرأة هي صورته؟ أولاً، نتأمل بعض البحوث التي أجراها جالوب (Gallup, 1970) عن التعرف على الذات عند الشمبانزي. فما فعله جالوب كان دراسة استجابات الشمبانزي لمشاهدة أنفسهم في مرآة. تبدي معظم الحيوانات قليلاً من الاهتمام عند رؤية صورتها منعكسة في المرأة، أو قد تتعامل مع الصورة في المرأة كما لو كانت فرداً آخر من النوع نفسه. فذكر سمكة السيامي المحارب، بناءً على رؤيته لمرآة مثبتة في حوض أسماك، ومع وجود أنثى من نفس النوع؛ سوف يمد زعانفه ويزيد من اهتزازه المتلون- وهذا بالضبط ما يفعله عندما يرى ذكرًا منافسًا في الحوض. بمعنى أن ذكر السمك يدرك الصورة، ويستجيب لها كما لو كانت ذكرًا آخر، من المحتمل أن يكون منافسًا. فإذا استقل قروود الشمبانزي؟ لقد وجد جالوب أنها في البداية تستجيب لصورتها بطريقة تشبه سمك السيامي، وتعامل الصورة كما لو كانت شيمبانزيًا آخر، وتتخذ أوضاعًا وتصر أوضاعًا مهددة، إلا أنها بعد أيام قليلة من

(١) Perceived Self
(٢) Self Recognition

الخبرة بالمرأة كانت قادرة على الانغماس في سلوكيات موجهة نحو الذات^(١) كاستخدام المرأة لتهينة أجراء من جسدها. ما فعله جالوب بعد ذلك هو تخدير الشيمبانزى ووضع صبعة حمراء عديمة الرائحة على وجوها، وعندما انتهى مفعول التخدير ووصعت قروود الشيمبانزى أمام امرأة، فهل تعرفت على نفسها وعلى الصبعة الحمراء؟ فى الواقع ما وجده جالوب هو أنها بدأت بشكل مباشر فى فحص الجزء المصبوغ فى وجهها، وهى إشارة للوعى بالذات. وحديثاً توفر دليل يبرهن، من خلال التعرف على الذات فى المرأة، على أن الدلافين لديها إحساس بالذات، وهى قدرة كان يعتقد دائماً أنها قاصرة على البشر والقردة العليا (New York Times, May 1, 2001).

فعند أى سن يُظهر الرضع السلوك نفسه؟ لقد كان هذا سؤالاً لبحث أجراه لويس وبروكس-جن (Lewis & Brooks-Gunn, 1979)، حيث قارنا سلوك التعرف على الذات فى المرأة بين ثلاث مجموعات أعمارها ما بين ٩-١٢ شهراً، و١٥-١٨ شهراً، و٢١-٢٤ شهراً، وقبل وضع الطفل أمام المرأة كان يُطلب من الأم المسح على أنف طفلها بمنديل، وفى نفس الوقت تضع بقعة من أحمر شفاه على أنفه وبحيث لا يشعر الطفل بأن شيئاً غير معتاد يحدث. إذ أن سلوك مسح الأم على أنف طفلها نشاط أمومى نمطى. فهل سيتعرف الطفل الموضوع أمام المرأة على البقعة الحمراء ويستجيب لها؟ وهل استجاب الطفل بطريقة تشير إلى التعرف على الذات؟



التعرف على الذات، على الرغم من اهتمام الرضع بصورتهم فى المرأة فى السن المبكرة، إلا أن التعرف على الذات، كما يظهر من خلال السلوك الموجه نحو الذات فى المرأة، لا يرتقى حتى الشهر الثامن عشر تقريباً.

ما وجده لويس وبروكس- جن هو أن الأطفال في سن ٩-١٢ شهراً استجابوا لصورتهم في المرأة بالابتسام لها، ولمسها ولم يوجهوا سلوكهم مباشرة إلى البقعة الحمراء. بعبارة أخرى، استجاب الأطفال "اجتماعياً" لصورتهم في المرأة كما لو كان هناك طفل آخر، كما أنهم لم يستجيبوا لبقعة أحمر الشفاه بالطريقة التي تعنى أنهم يعون أنهم كانوا ينظرون إلى أنفسهم في المرأة. ومثل هذا السلوك الموجه نحو الذات بدأ في الظهور لدى مجموعة الأطفال في سن ١٥-١٨ شهراً وكان شديد الوضوح لدى المجموعة في سن ٢١-٢٤ شهراً، وفي حين أظهر الأطفال الأصغر سناً بعض التعرف على أنفسهم من خلال تعرف حركاتهم في المرأة، وهو ما يعبر مرة أخرى عن تعرف الذات من خلال اتساق الأحداث، إلا أن ذلك لم يزل بشكل عام على تعرف فعلي للذات.

وقد لاحظ لويس وبروكس-جن ملاحظات مشابهة عبر مقارنات ماهرة جداً لاستجابات الأطفال لثلاثة أنواع من المشاهد التلفزيونية: مشاهد "حياة" تعكس على شاشة التلفزيون ما كان يفعله الطفل في نفس الوقت، ومشاهد مسجلة للطفل منذ أسبوع، ومشاهد لطفل آخر. فهل سيستجيب الطفل بشكل مختلف للمشاهد الثلاثة؟ لقد وُجد - مرة أخرى - فارق مهم بين الأطفال في السن من ٩-١٢ شهراً والأطفال في السن من ١٥-١٨ شهراً. فبينما أبدى أطفال المجموعة الأصغر سناً استجابة مميزة للمشاهد الحية عن المشاهد المسجلة من أسبوع، إلا أنهم لم يميزوا بين مشاهدهم المسجلة منذ أسبوع ومشاهد الطفل الآخر. بعبارة أخرى، كانوا يستخدمون الربط بين حركة أجسامهم وحركة المشهد على الشاشة كهدايات لإدراك الذات. وعلى حانب آخر، أظهر الأطفال في سن من ١٥-١٨ شهراً استجابات مميزة لمشاهد الذات عن مشاهد الآخرين، وهو ما يشير مرة أخرى إلى التعرف على الذات. إذن، فقد أشار اختبارا تعرف الذات في المرأة، وتعرف الذات في مشاهد الفيديو، إلى أن تعرف الذات بما لديها من ملامح مميزة يبدأ في الشهر الخامس عشر ويصبح راسخاً في سن عامين (جدول ٨-١).

جدول (٨-١)

ملخص المراحل الأساسية في مهام التعرف
على الذات في المرأة والفيديو عند الرضع

المرحلة	العمر	الوصف
انجذاب غير مكتسب نحو صور الآخرين	الشهور الثلاثة الأولى	[قليل من البحوث المنظمة في الشهور الثلاثة الأولى]
اكتشاف الارتباط بين الأفعال والنتائج	بين الشهر الثالث والثامن	امتثال بالصورة المنعكسة في المرأة؛ يقرب الطفل من صورته ويبتسم لها، ويتصرف نحوها "بشكل اجتماعي".
الذات بوصفها موضوعاً دائماً	بين الشهر الثامن والثاني عشر	الوعي بالخصائص الثابتة للذات؛ يجد موضع أشياء متصلة بالجسم باستخدام صورته في المرأة، يميز تسجيلات الفيديو الخاصة به التي تعرض أيضاً على الشاشة.
تمييز الذات عن الآخرين	ما بين الشهر الثامن عشر والخامس عشر	يستخدم المرأة لتعدد موقع الآخرين في المكان؛ يميز صورته في الفيديو عن صور الآخرين.
اكتشاف خصائص الوجه	تبدأ حوالي الشهر الخامس عشر، وقرن في سن عامين	التعرف الذي يعتمد على الخصائص النوعية للذات؛ والنجاح في مهم "إزالة أحمر الشفاه".

Source: "Origins of Self Perception in Infancy," by G. Butterworth, 1992, *Psychological Inquiry*, 3, p. 104. Reprinted by permission of Lawrence Erlbaum Associates, Inc.

هل يعني التعرف على الذات، وخاصة التعرف على الذات في المرأة، وعيًا بالذات، أي قدرة على تأمل الذات؟ هل يمكن أن نعتمد على بحوث التعرف على الذات في المرأة كمعيار للتعرف على الذات وارتقاء الوعي بها؟ يرجح بعض

علماء النفس غير ذلك، ومع ذلك يشير لويس (Lewis, 1990a, 1992b) إلى أن وجهة النظر التي تتعلق بارتقاء الوعي بالذات في الشهر الخامس عشر تتناسب مع تطورات الارتقاء الأخرى التي تحدث في الوقت نفسه. أولاً، في هذه المرحلة تقريباً يبدأ الطفل في استخدام اللغة بطريقة تميز بين الذات والآخرين. ثانياً، يبدأ الطفل في حوالى نفس السن إظهار ما يطلق عليه لويس انفعالات الوعي بالذات^(١)، وهى انفعالات الحرج^(٢) والفخر^(٣) والخزى. فطبقاً للويس، بعكس انفعالات أخرى كالخوف، تعتمد انفعالات مثل الخزى على ارتقاء الوعي بالذات. وبالتالي لا يجد دليلاً على الخزى سابقاً لارتقاء الوعي بالذات. فمن ارتقاء الوعي بالذات هو احتمالية شعور المرء أن ذاته سيئة وأن عليه الاختباء من الآخرين - انفعال الخزى. وبعد الطفولة يترايد ارتقاء تمثيلات الذات^(٤)، أو مخططات الذات وكذلك ارتقاء الإحساس باستحقاق الذات^(٥) وتقدير الذات. والتوجه العام فى هذه النظرية نحو زيادة التمييز والتكامل بين مخططات الذات. كما أن هناك أيضاً ارتقاء فى الإحساس بالهوية (الفصل السادس) وكذلك احتمال ارتقاء إحساس الفرد بكونه غير أصيل^(٦) (Harter, 1999).

ملخص المنظور الارتقائى

لتلخيص منظور المتخصصين فى علم النفس الارتقائى؛ فإن التطورات الارتقائية الكيفية المميزة يمكن التعرف عليها فى ارتقاء الذات. فالارتقاءات المهمة هى تلك التى تتعلق بإدراك الذات والوعي بالذات. وعلى الرغم من أننا لا نستطيع سؤال الرضيع عن إحساسهم بالذات؛ فيمكن تحليل سلوكهم فى المواقف المختلفة

Self-Conscious Emotions. (١)

Embarrassment (٢)

Pride (٣)

Self-Representations (٤)

Self-Worth (٥)

Inauthentic (٦)

ليبر ما إذا كانوا يميزون بين فعل الذات وفعل الآخرين، وما إذا كانوا يستجيبون في ظل الشعور بالذات والوعي بها. وهذه الملاحظات عن السلوك التمييزي للأطفال في الأعمار المختلفة ترتبط بالملاحظات التي تعكس التطورات الارتقائية في الجوانب الأخرى، خاصة وأن هناك جهداً عاماً لربط التطورات الارتقائية في الإحساس بالذات بالجوانب الأخرى للارتقاء المعرفي.

ثلاث وجهات من النظر حول بناء الذات

نتناول في هذا الجزء ثلاث رؤى تنظيرية عن الذات- الظاهرية والتحليلية والمعرفية. وتمثل هذه الرؤى الثلاث الجهود الكبرى لفهم الذات. ويقع معظم منظري الذات في واحدة أو أخرى من هذه الفئات، هذا وإن لم تكن وحدها لتشكلهم جميعاً.

نظرية كارل روجرز الظاهرية

أشرنا من قبل إلى أن كارل روجرز أكد مفهوم الذات في الوقت الذي كان فيه مهملًا من قبل معظم علماء نفس الشخصية الآخرين. لم يبدأ روجرز بالاهتمام بالذات؛ ففي الواقع كان روجرز يعتقد أنه مصطلح غامض ويفتقد إلى المعنى العلمي المحدد. ومع ذلك عندما استمع إلى العملاء يتحدثون عن مشكلاتهم واتجاهاتهم، وجد أنهم يميلون إلى الحديث بلغة الذات. وبدايةً من عام ١٩٤٧ أكد روجرز على مفهوم الذات بوصفه جزءًا من الشخصية، وعلى مدى الأربعين عامًا التالية أكد روجرز بشكل متزايد على أهمية المفهوم، كما أنه حاول استكشافه إكلينيكيًا وواقعيًا.

أكد روجرز المنحى الفينومولوجي -محاولة فهم الأشخاص من خلال الكيفية التي يرون بها أنفسهم والعالم المحيط بهم. وطبقا لهذا الموقف (Rogers, 1951)، فإن كل شخص يدرك العالم بطريقة فريدة، وهذه الإدراكات تمثل المجال الظاهراتي

للفرد^(١)، الذى يتصمر إدراكات شعورية ولاشعورية. ومع ذلك قبل أكثر محددات السلوك أهمية، لا سيما عند الأسوياء، هى الإدراكات الشعورية أو التى يمكن أن تصبح شعورية. وعلى الرغم من أن المجال الإدراكى يُعد عالمًا حاصلًا بالفرد أساسًا؛ فإنه يمكننا محاولة إدراك العالم كما يبدو للأفراد، لنرى العالم بأعيينهم وبالمعنى النفسى الذى يمثله لهم.

ويهتم جزء أساسى من المجال الظاهرى بالذات، التى تتكون من هذه الإدراكات والمعانى التى تُمثَل فى مصطلحات مثل "I" أو "Me" (أنا) أو "ضمير المتكلم مثل قلمى". ويمثل مفهوم الذات نمطًا منظمًا ومتسقًا من الإدراكات. وعلى الرغم من أن الذات تتغير، إلا أنها تحتفظ بهذه الطبيعة المنظمة والمتكاملة والمنظمة. ومجموعة منظمة من الإدراكات؛ فمن الواضح أن الذات ليست *فردًا*^(٢) - هى ليست شخصًا صغيرًا داخلنا. فالذات لا "تفعل" أى شئ، وليس لدى الشخص ذات تتحكم فى السلوك. ومع ذلك فإن الذات، بوصفها مجموعة منظمة من الإدراكات؛ تؤثر فى الكيفية التى نسلك بها. فالذات تعكس الخبرة وتؤثر فيها. وبالإضافة إلى الذات فإن لكل شخص ذاتًا مثالية^(٣)، تمثل مفهوم الذات الذى يود الشخص فى الغالب أن يمتلكه، والذى يتضمن الإدراكات والمعانى التى من المحتمل أن تتعالق مع الذات والتى يضع لها الفرد قيمة مرتفعة.

وطبقًا لروجرز، يسهم إدراك الطفل لتقديرات الوالدين إسهامًا كبيرًا فى نمو الذات المبكرة، فتقدير الطفل لذاته أو الحكم الشخصى باستحقاقها يأتى نتيجة لهذه الإدراكات. ومع استحسان الوالدين ودعمهما لبعض أفعال الطفل؛ يستطيع الطفل دمج الخبرات الجديدة داخل إحساسه بالذات. وفى هذه الحالة، تكون هناك حالة من *الانسجام*^(٤) بين الذات والحررة. وعلى الجانب الآخر، إذا وضع الوالدان شروطًا

Individual's Phenomenal Field (١)

Homunculus (٢)

Ideal Self (٣)

Congruence (٤)

على الاستحقاق القاعدي لذات الطفل^(١) (كأن تكون قيمة الطفل مشروطة بشروط يضعها الوالدان)؛ فإن الخبرات التي تهدد استحقاق الذات سوف تُدرك على أنها مهددة وربما تُرفض. بمعنى آخر، فإن الخبرات التي لا تتسجم مع بناء الذات ربما يتم إكبارها أو تشويهها، نتيجة لتناقض الخبرة الذاتية^(٢). إن فرض شروط على استحقاق الذات تنتج عنه حاجة إلى رفض الخبرات غير المسمحة مع بناء الذات. وهو ما يشكل جوهر تكوين المرض النفسي. لقد أكد روجرز بأصالة على الحاجة إلى اتساق الذات^(٣) وعلاقة هذا الاتساق ببدء منظومة الذات. ويؤكد مفهوم اتساق الذات، الذي طوره ليكي (Lecky, 1945)، حاجة الفرد إلى أن يزدى دوره متفقاً مع نسق الذات ومحافظاً عليه. فاتساق بناء الذات والمحافظة عليه هو المهم.

وعلى الرغم من أن روجرز قد تبني هذا المنظور أصلاً، كما أنه لم يرفضه أبداً؛ فقد وضع تدريجياً تأكيداً أكبر على الحاجة إلى حفاظ على إحساس بالذات مرتبط بشروط الاستحقاق. وهذا تأكيد كبير على الحاجة للحفاظ على صورة إيجابية للذات أكثر من الحاجة إلى الحفاظ على صورة متسقة. وكما سنرى لاحقاً، فقد تم حديثاً توجيه اهتمام كبير لبحث الحاجة إلى الاتساق (اتساق الذات أو تحقق الذات) والحاجة إلى صورة إيجابية (تعزيز الذات^(٤)). وفي الوقت نفسه، يجب أن نلاحظ هنا أن ما كان مهماً لروجرز هو أن يكون للفرد أميناً مع نفسه بمعنى التعرف على الخبرة والسماح لها أن تصبح جزءاً من منظومة ذاته. على سبيل المثال: التعرف على مشاعر الغضب وسماح الفرد لنفسه بأن يرى نفسه بوصفه شخصاً يغضب أحياناً، سيكون مهماً حتى ولو كان الفرد يفضل أن يرى نفسه شخصاً لا يغضب أبداً.

على الرغم من تأثره بعبارات العملاء عن الذات، فقد شعر روجرز بالحاجة

Basic Self-Worth (١)

Self-Experience Discrepancy (٢)

Self-Consistency (٣)

Self-Enhancement (٤)

إلى تعريف موضوعي عن مفهوم الذات، وطريقة لقياسه، وأداة للبحث فيه. لقد بدأ في تصنيف عبارات تتعلق بالذات، مسجلة في جلسات العلاج وحولها إلى طريقة تصنيف Q⁽¹⁾. وكما لاحظنا في علاقتها بالأبحاث الطولية لبلاك Block في الفصل السادس، تستخدم طريقة تصنيف Q لتطوير مقاييس شخصية تعتمد على أحكام الملاحظ؛ وقد استخدمت هنا لقياس مفهوم الذات. وكما هو مذكور آنفاً، يُعطى المبحوث مجموعة من العبارات التي تعبر عن خصائص شخصية ويُطلب منه تصنيف العبارات من أقل العبارات وصفاً لذاته إلى أكثر العبارات وصفاً لذاته⁽²⁾، وذلك طبقاً لتوزيع اعتدالي (على سبيل المثال: تصنيف مائة بطاقة في ١١ فئة من العبارات، على أن يلتزم بأعداد: ٢ و ٤ و ٨ و ١١ و ١٦ و ١١ و ٨ و ٤ و ٢ من العبارات في كل فئة). كما استخدم هذا الإجراء لقياس الذات المثالية، حيث تصنف العبارات بناءً على مدى مناسبتها لكل من "الأقل شبهاً مع ذاتي المثالية" على أحد الطرفين، و"الأكثر شبهاً بذاتي المثالية" على الطرف الآخر.

ولأن عبارات الذات وعبارات الذات المثالية التي يطلب من المبحوثين تصنيفها كانت نفسها، ويُطلب ترتيبها طبقاً للتوزيع الاعتدالي نفسه؛ فقد كان من الممكن تطوير مقياس كافي للفروق بين الذات والذات المثالية، وأمكن بالتالي دراسة ارتباط التباين بين الذات والذات المثالية بالمقاييس الأخرى. ففي بحث مبكر ارتبط حجم التباين بين الذات والذات المثالية بمقاييس حسن الحال النفسية، حيث يرتبط الفارق الضئيل بين الذات والذات المثالية بحسن الحال النفسية الأفضل، كما أن التغيرات في حجم درجة التباين كانت مصاحبة للتقدم في العلاج النفسي، حيث أصبح حجم التباين أصغر مع تقدم العلاج. ومع ذلك، ومع الوقت ضعف الاهتمام بترتيب Q-كمقياس للذات والذات المثالية، جزئياً لأن المبحوثين يمكن أن يشوهوا تقديراتهم أو أن يكونوا دفاعيين حولها. فهل كان التباين الصغير بين تقديرات الذات

Q-Sort Method ^(١)

Self-Description ^(٢)

والذات المثالية يعكس حسن حال أم دفاعية^(١)، وهي عذر الفرد عن التعرف على عيوبه؟ بالإضافة إلى أن اهتمام روجرز ازداد بخبرة الفرد وبالطرق التي تستخدم من خلالها المشاعر في نسق الذات، أكثر من اهتمامه بالتنبؤات بين إدراكات الذات والذات المثالية.

لتلخيص عمل روجرز، يمكننا أن نلاحظ تأكيده على الذات أثناء الفترات التي لم يكن فيها المفهوم حائزاً للتشجيع، وكذلك جهوده لتطوير مقاييس موضوعية للظواهر التي كانت دالة إكلينيكية. وما بحسب لروجرز أنه حاول دائماً دمج حساسيته^(٢) بوصفه إكلينيكيًا مع احترامه لمنهجه ومعايير الحصول على بيانات علمية. بالإضافة إلى أن روجرز قد أدرك أهمية كلا التوجهين الوجداني والمعرفي للذات، وكذلك الوجهين الشعوري واللاشعوري. ولأنه لم يكن متأكدًا من التقييم التي يقيس بها إدراكات الذات اللاشعورية بشكل موضوعي، كما اعتقد أن إدراكات الذات الشعورية أكثر أهمية؛ فقد صمّم تركيزه على جوانب الذات التي كان من الممكن الوعي بها وكتابة تقرير ذاتي عنها. وفي النهاية؛ أكد روجرز على الحاجة إلى الانساق والحاجة إلى النظرة الإيجابية في العلاقة بالذات، مشدداً بتدرج مزايده على الأخيرة. وكان أكثر ما وجه إليه روجرز جهوده المباشرة هو مساعدة الأفراد ليكونوا أكثر وعياً وقبولاً لخبراتهم.

مفهوم التحليل النفسي عن الذات

لم تتضمن النظرية التحليلية، كما طورها فرويد، تأكيداً كبيراً على مفهوم الذات، فقد اصرح بعض المحللين أن الكلمة الألمانية التي كانت مترجمة إلى *الأنا* كال من الممكن أن تترجم أيضاً إلى *الذات*. ومع ذلك؛ لينا كانت فوائد هذه الوجهة من النظر، فلم يكن مفهوم الذات جزءاً كبيراً من النظرية التحليلية الكلاسيكية.

Defensiveness (١)

Sensitivity (٢)

بالأحرى، كان التأكيد منصفاً على العرائز الدافعة^(١) والصراع بينها وبين الواقع أو
الأنأ الأعلى.

مدرسة سوليفان بين الشخصية^(٢) للطب النفسي

لا يعنى ذلك أن إهمال مفهوم الذات كان هو الحال بالنسبة لكل المحللين، أو
أنه الحال بالنسبة للنظرية التحليلية المعاصرة. فقد طور الطبيب النفسي الأمريكي
هارى ستاك سوليفان (Harry Stack Sullivan 1892-1949) منحى بديلاً
للتحليل النفسي هو المدرسة بين الشخصية للطب النفسي، متأثراً بمنظري الذات
الأوائل، مثل كولي Cooley وميد Mead، أكد سوليفان (Sullivan, 1953)،
وبسدة، الأساس بين الشخصي والاجتماعي لارتقاء الذات، وخاصة فنى العلاقة
المكررة بين الرضيع وأمه. وطبقاً لسوليفان ترتقى الذات من خلال المشاعر التى
يخبرها الطفل أثناء اتصاله بالآخرين، ومن التقديرات للمعكسة^(٣) أو الإدراكات
التي يدركها الرضيع عن تقدير الآخرين وتقويمهم له. ومن بين الجوانب المهمة من
الذات، لا سيما فى العلاقة بخبرة القلق كمقابل للأمن، هي "أنا الحيدة" المصاحبة
للخبرات الممتعة، و"أنا السينة" المصاحبة للألم والمهددة للأمن، و"أنا" أو
جواب الذات المفروضة لكونها مصحوبة بقلق غير محتمل.

نظرية العلاقة بالموضوع^(٤)

على مدى ثلاثين سنة مضت كان للمحللين النفسيين اهتمامات عيادية
وتنظيرية بمشكلات تعريف الذات والتعرض لانخفاضات فى تقدير الذات
(Kernberg, 1976; Kohut, 1977). لم كان هناك اهتمام بكيف يطور
الشخص، أثناء السنوات المبكرة، الإحساس بالذات ثم يحاول حماية تكاملها. ويطلق

The Drive-Instincts (١)

Interpersonal (٢)

Reflected Appraisals (٣)

Object Relations Theory (٤)

على المسطرين المهتمين بمثل هذه الأسئلة منظرو العلاقة بالموضوع (Greenberg, 1999; Mitchell, 1983; Westen & Gabbard, 1999). وبصورة الاهتمام في نظرية العلاقة بالموضوع هي بحث المرء عن العلاقات وليس الإشباع العريضي كما هو الحال في التحليل النفسي الكلاسيكي. ويشدد منظرو العلاقة بالموضوع على الاهتمام بكيفية تمثيل الخبرات الماضية مع الأفراد المهمين، بوصفها أوجهاً للذات، أو أوجهاً للآخرين، أو أوجهاً لعلاقة الذات بالآخرين؛ ومن ثم كيف تؤثر هذه التمثيلات الذاتية^(١) على العلاقات في الحاضر (Baldwin, 1992; Hinkley & Andersen, 1996).

وعلى الرغم من الفروق بين منظري العلاقة بالموضوع، إلا أنهم يتفقون على تأكيد أهمية الارتقاء المبكر للتمثيلات النفسية للذات والآخرين وعلاقة الذات بالآخرين (Cooper, 1993, Westen, 1992). فما العناصر المشتركة بين رؤى منظري العلاقة بالموضوع المهمة بالذات وتمثيلاتهما؟ لقد لاحظ ويست (Westen, 1992) خمسة عناصر عامة، هي:

أولاً: أن تمثيلات الذات في نظرية العلاقة بالموضوع تُرى على أنها متعددة الأبعاد. فكل شخص يقوم بكثير من التمثيلات اعتماداً على عناصر متنوعة، مما فيها الأصوات والابتسامات. بالإضافة إلى أنه، كما لوحظ، يمكن أن تكون تمثيلات الذات هذه متعارفاً كل منها عن الآخر، أو قد يتصارع كل منها مع الآخر، كما أنها قد تتكامل داخل إحساس متماسك بالذات. كما أن هذه التمثيلات يمكن أن تكون جزئية أو كلية، ترتبط بجزء من الذات (على سبيل المثال "هذا الجراء منى سييء، ومخز") أو ترتبط بالذات ككل ("أنا سييء، وبلا قيمة").

ثانياً: وبحسب منظري العلاقة بالموضوع، فإن تمثيلات الذات تكون محملة بالوجدان بشدة. وفي الواقع، يمكن القول أن تمثيلات الفرد الذاتية تُنظم تبعاً

لارتباطها بوجودات مختلفة، وهذه النظرة لا تختلف بشدة عن وجهات النظر المعرفية المعاصرة عن طبيعة تنظيم الذاكرة للخبرات المصاحبة لانفعال قوى. هكذا يمكن لتمثيلات الذات أن تنظم تبعاً لما إذا كانت مصاحبة لبهجة، أو استقارة جنسية أو حزن أو خزي.

ثالثاً: تكون تمثيلات الذات مصاحبة للدوافع في ظل الأمنيات والمخاوف. وهذا التأكيد الدافعي لتمثيلات الذات ينتج عن ارتباطها بالوجدان. وفي أكثر المستويات قاعدية تكون تمثيلات الذات مصحوبة بمتعة أو ألم (وجدان ممتع أو مؤلم)، ولذلك فهي تتولى الطبيعة الدافعة للأمنيات والمخاوف. فعادة ما يحاول المرء استعادة التمثيلات الإيجابية للذات وللعلاقة مع الآخرين، ويتجنب التمثيلات المصاحبة للوجدان السلبي (المخاوف).

رابعاً: يمكن أن تكون تمثيلات الذات شعورية أو لاشعورية. وليس مفاجئاً أن نجد تأكيداً للتمثيلات اللاشعورية للذات، نظراً لأهمية اللاشعور في التحليل النفسي (الفصل السابع). وما يجب توضيحه هنا هو أن ما نفترضه ليس أن بعض تمثيلات الذات ليست شعورية^(١) لأنها معتادة أو روتينية أو آلية فحسب، ولكن أن هذا البعض لاشعوري أو غير متاح للشعور، وهو ما يرجع لكونها شُكلت في وقت سابق على ارتفاع اللغة وغيرها من المهارات المعرفية المتقدمة، أو لأنه قد تم كبتها، وكما في نوجهاً أخرى للتحليل النفسي؛ فإن جزءاً من العلاج يتمثل في جعل المريض قادراً على أن يعي تمثيلات الذات التي قد كُبتت لأغراض دفاعية. وعندما تصبح هذه التمثيلات شعورية يمكن بعد ذلك فحصها في ضوء مريد من العمليات المعرفية الناضجة والعقلانية.

خامساً: كما افترضنا في كثير من التعليقات والتوصيحات السابقة، لا بطور الفرد تمثيلات عن الذات فقط، ولكن أيضاً تمثيلات عن الآخرين وعن علاقة الذات

(١) Not Conscious

بالأخربين. والوحدات الذي يقع في جوهر التمثيلات يتعبد بالعلاقة كما يتقيد بالذات. وبالتالي، تعمل بمادح العمل الداخلي^(١) لبولبي (Bowlby) (الفصل السادس) لا على الذات فحسب، ولكنها تعمل أيضاً على العلاقة بين الذات والأخربين. وفي الواقع، فإن بمادح العمل الحاصلة بالعلاقات هي التي تُعد في قلب بطريقة التعلُّق وعلاقتها بتكوين العلاقات الرومانسية لدى الراشدين (Baldwin, Fehr, Keedian, Seidel & Thomson, 1993; Hazan & Shaver, 1994).

بالإضافة إلى هذه العناصر الخمسة يمكننا أن نضيف عنصراً سادساً هو افتراض أن تمثيلات الذات والأخربين وعلاقة الذات بالأخربين تُنظم داخل نسق. ونسق تمثيلات الذات هذا هو ما يعرف باسم نسق الذات^(٢)، حيث يحاول الفرد المحافظة على إحساس بالتماسك^(٣) أو بالترابط^(٤) أو بالتكامل^(٥) بين عناصر هذا النسق. وقد افترضت وجهة نظر الأنساق هذه في المقام الأساس الذي يتعلق بتعدد أبعاد^(٦) تمثيلات الذات، ومع ذلك، فمن الأفضل ملاحظتها كنقطة منفصلة لأنها محورية في العمل العيادي، كما أنها ليست خاصية مميزة لكل الرؤى التنظيرية عن الذات. وفي إطار العمل العيادي، يفترض كثير من منظري العلاقة بالموضوع أن الأشكال المختلفة من الأمراض النفسية يمكن فهمها في ظل جهود الفرد للاحتفاظ بذات متماسكة (Kohut, 1977). بعبارة أخرى، فحتى التمثيلات المؤلمة للذات يمكن أن يُحتفظ بها لأنها تُخبر بوصفها ضرورية للإحساس بذات متماسكة مقابل تفكك الذات^(٧). ومن هذا المنطلق ربما يفضل المرء أن يكون "سيناً" عن أن يكون مرتبكاً أو ليس لديه إحساس بالذات بتاتاً.

-
- Internal Working Models (١)
 - Self-System (٢)
 - Cohesion (٣)
 - Coherence (٤)
 - Integration (٥)
 - Multidimensionality (٦)
 - Fragmented (٧)

وطبقاً لمنظرى العلاقة بالموضوع، ما يراه الفرد فى العلاج النفسى هو
 الساعل بين تمثيلات الذات والآخرين والعلاقة بين الذات والآخرين التى تعود
 للصغر والطفولة. فمثلاً، ربما يكون لدى الفرد تمثيلات ذاتية عن كونه هماً^(١) حذاً
 وفى نفس الوقت غير قابل للانحراج^(٢) إطلاقاً. أو كونه ضعيفاً حذاً ومطلق القوة
 فعلياً، أو كونه مستحقاً لأى شىء يحتاج إليه أو يرغبه، وفى الوقت نفسه فهو لا
 يستأهل على الإطلاق. وترى مثل هذه التمثيلات على أنها تعود للعلاقات المبكرة
 وشديدة الانفعالية بالآخرين ذوى الأهمية بمن فيهم الأقران. بهذا الشكل فإنه يُنظر
 لهذه التمثيلات على أنها لا تعمل بالضرورة تبعاً للعمليات المعرفية المرتبطة
 بالرشد- فكيف يستطيع الفرد الاحتفاظ بمثل هذه الرؤى المتناقضة عن ذاته؟ فمثلاً،
 كان مفتاح تمثيل الذات بالنسبة لأحد المرضى هو أن لديه "أذنى دامبو"^(٣)، لأنهم فى
 الطفولة كانوا يسخرون من أذنيه مقارنة بين أذنيه الكبيرتين وأذنى فيل ديزنى
 المسمى "دامبو". وثمة مريض آخر كان يرى ذاته بوصفه أقبح رجل على وجه
 الأرض بسبب أنفه الكبير، والتى كانت تُقارن فى الطفولة بأنف
 بينوكيو (Pinocchio)، وفى كلتا الحالتين كانت تمثيلات الذات شعورية، إلا أن
 عمق المشاعر المصاحبة لها، والدور الذى تلعبه فى خبرات المريضين بذاتيهما
 وعلاقتهما بالآخرين لم تكن منظورة أو مقدرة على المستوى الشعورى.

باختصار، لدينا هنا نظرة عن الذات مبنية بشكل واسع على العمل العيادى مع
 المرضى، مؤكدة كثيراً من الفروض التحليلية التقليدية مثل أهمية الخبرات المبكرة
 واللاشعور، وهى تختلف من نواح مهمة، كما سنرى، عن كثير من وجهات النظر
 الأكثر معرفية عن الذات. وعلى الرغم من الجهود المبذولة لتطوير وسائل منظمة
 لتقويم طبيعة تمثيلات الفرد الذاتية، خاصة من خلال تحليل السجلات العلاجية، إلا

Fragile (١)

Invulnerable (٢)

Dumbo Ears (٣)

أن العناصر الأساسية لوجهة نظر العلاقة بالموضوع -التحليلية تأتي من العمل العيادي مع المرضى. ومؤخراً، وبشكل أكثر تحديداً، تأتي من العمل مع المرضى الذين يتصارعون مع رؤى غير واقعية للذات، وأولئك الذين يتصارعون مع الآخرين لتأكيد هذه الرؤى غير الواقعية، والذين يكافحون من أجل الحفاظ على إحساسهم بتماسك الذات. ويعد الأساس لمثل هذا العمل التنظيري مختلفاً تماماً عن تلك الرؤى المعرفية الاجتماعية عن الذات، التي سنتقل إليها الآن.

الرؤية المعرفية الاجتماعية للذات

تعتمد الرؤية المعرفية الاجتماعية للذات على مفاهيم ومناهج بحث مشتقة من علم النفس المعرفي^(١) ومع ذلك يمكننا الرجوع إلى عمل جورج كيلسي (George Kelly, 1955) لنرى الأوجه المهمة للتأكيدات المعرفية. فكما أشرنا في الفصل الثالث؛ طور كيلسي نظرية في البناءات الشخصية؛ فمثلُ الناس كممثل الطمءاء؛ يلاحظون الأحداث ويصوغون مفاهيم أو بناءات لتنظيم الظواهر والتنبؤ بالمستقبل. والبناء، مثل المخططات، يُعد طريقة للإدراك أو تصور أو تفسير الأحداث، وتنظم الذات في نسق ذي بناءات عالية الرتبة^(٢) في نسق البناءات، وبناءات فرعية^(٣) منخفضة الرتبة في نسق البناءات. وتوجد في هذا النسق بناءات جوهرية، تلك التصورات التي تُعد أساسية للنسق، ولا تتغير بسهولة، وهناك بناءات سطحية^(٤)، وهي أساسية لدرجة أقل، ويمكن أن تتغير دون عواقب خطيرة على بقية النسق.

أين يقع مفهوم الذات داخل مثل هذا النسق النظري؟ الذات في نظرية البناء الشخصي هي شخص أو دور تنطبق عليه البناءات. وبالإضافة إلى ذلك يمكن أيضاً أن تكون الذات بناءً، وهي تصور أساسي أو عالي الرتبة في العموم. نذكر أن كل البناءات ثنائية القطب. القطب المقابل لبناء الذات ربما يكون اللاذات، مكوناً ببناء

Cognitive Psychology (١)

Superordinate (٢)

Subordinate (٣)

Peripheral Constructs (٤)

الذات-اللاذات. ومع ذلك من الممكن أن يكون القطب الثاني شيئاً آخر. على سبيل المثال يمكن أن يكون للشخص بناء أنا طيب وأنا سيء بدلاً من بناء على الرتبة عن الذات يتضمن أجزاء طيبة وأجزاء سيئة. على أي حال، نفترض نظرية كيلى أن المرء يكون بناء مثل الذات-اللاذات على أساس ملاحظة التشابهات والفروق بين ذات الفرد والآخرين. وعلى أساس مثل هذه الملاحظات، تطبق البناءات الأخرى على الذات، وتكون فرعية بالنسبة لبناء الذات. على سبيل المثال، في حالة شخص تم اختياره على اختيار مجموعة بناءات الدور⁽¹⁾ لكيلى لتحديد نسق تصويره(ها)، تكونت بناءات كالآتية: راض عن الذات-شاك في الذات، وغير واثق في الذات-واثق في الذات، ومكتف ذاتياً - يحتاج إلى الآخرين (Pervin, 1993b). وهذه البناءات وغيرها طبقت على الذات واستخدمت لتعريفها.

نقطة أخرى ربما تستحق الملاحظة بالنسبة لنظرية كيلى، وهي تأكيد أهمية نسق البناءات للتنبؤ بالأحداث. وكذلك تأكيد وجود مشكلة إذا لم يستطع النسق عمل مثل هذه التنبؤات. وقد أكد كيلى أهمية الاتساق داخل نسق البناءات - فالاتساق يفيد في عمل التنبؤات. فنسق بناءات غير متسق تلغى فيه التنبؤات بعضها البعض سواء يكون مشكلاً بالفعل. وقد افترض كيلى أيضاً أن القلق يحدث عندما يشعر الفرد بالأحداث تقع خارج نسق بناءاته، وإن المرء يشعر بالتهديد عندما يكون هناك خطر تغيير شامل في نسق البناءات. إذن ففي إطار الذات؛ يسعى الفرد ليكون قادراً على التنبؤ بسلوكه الحاصل، ويشعر بالقلق عندما يملك بطريقة لا تتناسب مع مفهومه عن ذاته. وربما يقاوم المرء التغييرات الشاملة في نسق البناءات كما هو الحال عندما تقترب هذه التغيرات من الذات، بسبب التهديد المصاحب لها. ومن المتوقع أن الأفراد سيقاومون التغيير في أساليبهم الأساسية المرتبطة بنواتهم، حتى ولو كان مثل هذا التعبير مرغوباً.

على الرغم من التأكيد المعرفي والإبهام في نظرية كيلى، فقد كان لها تأثير ضئيل نسبياً على المسحى المعرفي الاجتماعي للذات. ويبدو أن ذلك لأن نظرية الذات الشخصية قد ارتقت في وقت كان الاهتمام بالذات قد انزوى بعض الشيء، ولأن نظرية كيلى لم تكن مصاحبة لنموذج أو منحنى أوسع للبحث العلمي. وقد طور إيبشتين (Epstein, 1973, 1990, 1992) منظوراً عن الذات يتصمم كثيراً من العناصر المشتركة مع منظور كيلى. وطبقاً لإبشتين، فإن الذات هي نسق أو نظرية تصورية منظمة. فلأفراد نظريات عن أنفسهم تماماً كما أن لهم نظريات عن أى جزء آخر من العالم. وبهذا، فإن الذات تحوى عدداً من المكونات (أى: ذواتاً متعددة)، وهى نظم المعلومات (الخبيرة)، وتوجه الفعل. واتفاقاً مع كيلى، افترض إبشتين أن أجزاء من نظرية المرء عن ذاته شعورية والأجزاء الأخرى لاشعورية، وأن الأفراد لديهم دافع للحفاظ على اتساق نظريتهم عن ذاتهم وتكاملها. كما افترض إبشتين أيضاً أن الأفراد لديهم دوافع لتضخيم المتعة واختصار الألم، وليظلوا متصلين بالآخرين، ولرفع تقديرهم لذواتهم. إن هذه الدوافع جزء من تأكيد نظرية إبشتين على الجانب الخبراتي والمعرفي. لم يكن مثل هذا التأكيد على الدافعية، الذى ربما يتناسب مع بعض رؤى روجرز، لم يكن جزءاً من نسق كيلى. ففي الواقع، كما لاحظنا فى الفصل الثالث، رفض كيلى الحاجة إلى مفهوم الدافعية، وافترض بدلاً منه أن الأفراد يبحثون عن التنبؤ، وعن اتساق نسق البناءات السببية يوفر القدرة على التنبؤ، وذلك لأنهم كذلك. بالنسبة لكيلى، لا توجد حاجة لمزيد من التوضيحات.

على الرغم من أن رؤى إبشتين قد لاقت استقبالا جيداً أيضاً، إلا أنها بدورها لم تؤثر كثيراً على المجال؛ فهى لم تقدم نماذج أو طرقاً جديدة لرؤية الأفراد، ولا قدمت اقتراحات مسحية جدد فى البحث العلمي. لكن الموقف كان مختلفاً تماماً فى

نظرة المنحى المعرفى لمعالجة المعلومات^(١) إلى مفهوم الذات. فهنا يمكن النظر للشخص على أنه يشبه كثيراً الكمبيوتر الذى يعالج المعلومات، بعض هذه المعلومات تنظم حول فئة تسمى الذات. لقد جاءت الثورة المعرفية بمثل هذا النموذج عن الشخص، وقد عمل المتخصصون فى علم النفس المعرفى حاليين باستخدام نموذج معالجة المعلومات مفهوماً وواقعياً. فهل يمكن تطبيق هذا النموذج على الذات؟

لنتناول هنا دراسة جذرية للتأثير أجرتها ماركوس (Markus, 1977). فقد افترضت أن الأفراد يكونون أنبىة معرفية عن ذاتهم تماماً كما يفعلون مع الظواهر الأخرى، ومثل هذه الأنبىة المعرفية يُطلق عليها مخططات الذات. لاحظ أن ماركوس قد استخدمت مصطلح مخططات Schemata ليشير إلى جمع مخطط. واليوم يستخدم مصطلح مخطط Schema ليشير إلى كل من المفرد والجمع. ومع ذلك، اتساقاً مع الاستخدام المبكر، فإننا سنستخدم مصطلح مخططات Schemata فى مناقشة بحث ماركوس^(٢). تعد المخططات تعميمات معرفية عن الذات، مشتقة من خبرة سابقة، وهى التى تنظم وتقود معالجة المعلومات المتعلقة بالذات. بناء على هذا الفهم قارنت ماركوس بين مجموعتين من المبحوثين، الأولى صنفت أفرادها أنفسهم كمعتمدين أو مستقلين، وهم أولئك الذين رأوا أن مخططات الذات هذه لها علاقة بهم (سواء قبلوها فأصبحوا من المعتمدين أو رفضوها فكانوا من المستقلين). أما المجموعة الثانية فهم أولئك المبحوثون الذين لم يظهروا أى ميل واضح لتصنيف أنفسهم كمعتمدين ولا كمستقلين، أى هؤلاء الذين لم تكن لمخططات الذات هذه علاقة بهم. يوصف أفراد المجموعة الأولى بأنهم مخططين^(٣) بالنسبة لمخطط الذات "مستقل-معتمد"، أما أفراد المجموعة الثانية فيوصفون بأنهم

(١) Cognitive Information Processing Approach

(٢) ربما لا تشمل هذه المناقشة للمصطلحات مع القارئ العربى كثيراً، ولكنها أوردها كما هى التزاماً سياق النص الأصلي (المترجم).

(٣) Schematic

لامخططين^(١). والسؤال هو: هل يتباين الأداء المعرفي لهاتين المجموعتين؟ بعبارة أخرى، هل سيؤثر توفر مخططات ذات متعلقة على الأداء المعرفي؟ بالفعل، وحدث ماركوس أن الأفراد ذوي مخططات الذات المستقلة يؤدون بشكل مختلف عن ذوي مخططات الذات المعتمدة، وكلا هاتين المجموعتين من الأفراد يحتفلون عن الأفراد الذين ليس لديهم مخططات ذات متعلقة بأى من الاعتماد أو الاستقلال. فالأفراد الذين لديهم مخططات كانوا قادرين على معالجة المعلومات المتعلقة بصورة أسرع، وقادرين على تقديم مزيد من التصورات المتعلقة بالمخطط، وعلى مقاومة المعلومات التي لم تكن متفقة مع مخططاتهم عن ذواتهم وذلك أكثر من الأفراد الذين لم يكن لديهم مخططات متعلقة بالذات. بعبارة أخرى، أوضح ماركوس أن الأفراد الذين لديهم مخططات ذات معينة، مثل الاستقلال والاعتماد، يعالجون^(٢) المعلومات المتعلقة بسهولة، ويسترجعون^(٣) الدليل السلوكي المتعلق بالمخطط بسهولة، ويقاومون^(٤) الدليل المتناقض مع مخططاتهم عن ذواتهم.

بعد هذا البحث، جمعت ماركوس وآخرون أدلة إضافية توحي أنه مجرد ما تترسخ مخططات الذات، فإنها تؤثر على مدى متنوع من العمليات المعرفية. فمثلاً، هناك دليل على أننا مستعدين لتلقى وتعلم معلومات متعلقة^(٥) مع الذات بشكل أسرع من المعلومات التي لا تتعلق مع الذات، وعلى أننا يمكننا استرجاع معلومات متعلقة مع الذات بشكل أفضل من المعلومات غير المتعلقة مع الذات، كما أننا لا نقاوم المعلومات المناقضة لمخططاتنا عن ذواتنا فحسب، بل نعرض ونبرز للآخرين المعلومات المتعلقة أو المؤكدة لذواتنا (Fong & Markus, 1982; Markus & Sentis, 1982; Swann & Read, 1981). فى الإجمال، اقترصت

Aschematic (١)

Process (٢)

Retrieve (٣)

Resist (٤)

Discrepant (٥)

ماركوس الآتي: ١) يمكن النظر إلى مخططات الذات بوصفها تصورات معرفية تعمل بشكل مشابه للتصورات المعرفية الأخرى، ٢) يتم تقويم كل المثيرات الواردة تبعاً لتعلقها مع الذات، ٣) هناك ميل إلى تثبيت الذات^(١).

لاحظ أنه لا يوجد من هذه الافتراضات ما يتناقض مع ما افترضه كيلي Kelly أو إيبشتين Epstein، ومع ذلك فالفرق هو في الإطار الذي يعمل فيه المفهوم والإجراءات البحثية. ربما يكون مزيد من التوضيح لتطبيقات النموذج المعرفي لمعالجة المعلومات مفيداً من هذا المنطلق. لقد افترض كانتور وكيلستروم (Cantor & Kihlstrom, 1987, 1989) أن مفهوم الذات يمكن معالجته كأي مفهوم أو فئة أخرى. فإذا كان المرء يفترض مفهوماً مثل عربة، فإنه يمكن التفكير في نماذج عديدة من العربات يمكن ترتيبها بشكل هرمي (Rosch, Mervis, Gray, Johnson, & Boyes-Braem, 1976). على سبيل المثال، للسيارات، والآتوبيسات، والشاحنات كلها تمثل نماذج لعربات. وداخل الفئة: سيارة، توجد أنواع فرعية مثل سيارة أربعة باب وسيارة رياضية. وداخل الفئة: شاحنة، توجد أنواع فرعية مثل الشاحنات المسماة بالنصف نقل والقاطرات. وما يفترض هو أن هناك تعدد في النوات، يطلق عليه عائلة النوات^(٢)، يمكن ترتيبه بالمثل بشكل هرمي. فمثلاً، كما لوحظ مبكراً، ربما يكون للفرد ذات للعمل وذات أسرية وذات اجتماعية وذات وحيدة. وداخل كل واحدة من هذه النوات ربما توجد ذات فرعية إضافية، فمثلاً، داخل الذات الأسرية ربما توجد ذات الطفل وذات الأخ وذات الشريك.

من أين تأتي تعدد النوات في عائلة النوات؟ هناك احتمالات مختلفة، حيث يمكن أن يكون للأفراد ذوات متعددة وتطبيقات من النوات. هكذا، وفي مقابل التصور السابق، ربما ينظم أفراد آخرون ذواتهم بشكل هرمي تبعاً للوحدات، ذات

Self Confirming (١)
Family Of Selves (٢)

سعيدة ودلت غير سعيدة عند قمة الهرم وأنواع مختلفة من الذات السعيدة وغير السعيدة في المستويات الأسفل. ومع ذلك، يفترض كانتور وكيلستروم أن الأشكال الهرمية للذات^(١) تنظم في ضوء السياقات الموقفية. بمعنى آخر، يدرك الأفراد أن تركيب ذواتهم^(٢) يتباين من سياق موقفى لآخر. وفي نفس الوقت هناك تداخل من التشابهات بين الذات السباقية. وهكذا، فكما أن للأنواع المختلفة من السيارات خصائص متشابهة وخصائص أخرى مميزة؛ فإن للذات قى السياقات المختلفة نواحي شبه^(٣) وأوجه تميز^(٤). فما أدو عليه في المدرسة ربما يتميز بوضوح عما أبدو عليه في البيت، إلا أن هناك بعض الخصائص المشتركة بين الاثنين، على الأقل بما يكفي بالنسبة لى كى أدركهما على أنهما "أنا".

كيف، إذن، نصل إلى الإحساس بالوحدة، الإحساس بمن نحن على الرغم من كل التباين في السياق؟ يفترض كانتور وكيلستروم ثلاثة أسس للإحساس بالتكامل داخل عائلة الذات. أولاً، تعطينا التشابهات المتداخلة إحساساً بالوحدة. ربما يشمل النموذج الأولى^(٥) لذاتنا على العناصر المفتاحية التى توحد بين ذواتنا الفرعية المختلفة. ثانياً: يأتي إحساسنا بوحدة الذات من سجل السيرة الذاتية الخاصة بنا، من إحساسنا بالديمومة عبر الزمن. ثالثاً: نستطيع دائماً التركيز على ذات أساسية محورية. فبينما نغير ذواتنا تبعاً للسياق الموقفى، فى أذاعتنا اليومية، مستخدمين ما يطلق عليه مفهوم الذات العامل^(٦) (Markus & Kunda, 1986)، إلا أننا عادة ما نكون قادرين على العودة إلى التركيز على بعض المستويات الأساسية من تصور الذات. هكذا تتوفر إجابة للسؤال لماذا لا نكون شخصيات متعددة- بسبب التشابهات المتداخلة، وسجلات السيرة الذاتية، وتصور الذات الأساسى أو المحورى.

-
- Self Hierarchies (١)
 - Self-Constructions (٢)
 - Resemblances (٣)
 - Differentiation (٤)
 - Prototype (٥)
 - Working Self-Concept (٦)

في الإجمال، تتضمن الرؤية المعرفية الاجتماعية للذات تأكيداً على كل من الأوجه الساتية للذات والطرق التي يؤثر بها مفهوم الذات على مزيد من معالجات المعلومات. عند هذه النقطة يبدو كما لو كانت الذات من المنظور المعرفي الاجتماعي ذاتاً جامدة أو باردة بعض الشيء وبعيدة، وذلك مقارنة بالذات الظاهرية أو الذات التحليلية. وفي الواقع، كانت للتصور المعرفي الاجتماعي الأصلي للذات كصفة "باردة". ومع ذلك فقد ازداد مع الوقت تأكيد أهمية المتغيرات الوجدانية والدافعية. فمثلاً، يُقرُّ أن كل عضو من عائلة الذوات يمكن أن يصاحبه وجدان، وكما تمت الإشارة، ربما يكون الوجدان نفسه أساساً لتصنيف بعض الذوات. بالإضافة إلى ذلك طوّرت ماركوس مفهوم الذوات الممكنة^(١) الذي يمثل ما يعتقد الأفراد أنهم ربما سيصبحون، وما يوسون أن يكونوا عليه، وما يحاقون أن يكونوا عليه (Markus & Nurius, 1986; Markus & Ruvalo, 1989) ومن هذا المنطلق، لا تقيد الذات الممكنة في تنظيم المعلومات فقط ولكن لها أيضاً تأثيراً دافعياً قوياً يوحينا نحو أن نكون على شاكلة معينة، وبعدها عن أن نصبح أشياء أخرى.

Possible Selves (١)

أضواء على —باحث

هازل روز ماركوس Hazel Rose Makus

فى البحث عن معنى الذات



فى بداية عام ١٩٦٠ سافرت عائلتى من انجلترا إلى سان دياجو وكاليفورنيا للالتحاق بأعمامى وأسرهم. كثيرًا ما كانت العائلات الثلاث تقضى عطلات نهاية الأسبوع والإجازات سويًا. وفى أثناء وضع خطط لعطلة قادمة؛ كنا نقوم بمراجعات جماعية لرحلات العام السابق. يمكن أن يقول عمى شيئًا من قبيل "دعونا نذهب إلى البحيرة مرة أخرى، فقد كانت السباحة رائعة هناك؛ وهناك الصخرة الكبيرة لنقفز من فوقها، أتذكرون كم استمتعنا فى اليوم الذى ذهبنا فيه جميعًا للتزلج على الماء؟" يمكن أن يقاطعه عمى الآخر، وهو رسول قبل أوانه فيما يتعلق بنصائحه عن الأنظمة الغذائية قليلة الدهون والخالية من المواد الحافظة "لا يمكننى أن أصدق أنك تفكر فى العودة إلى هناك—لقد كان الطعام سامًا، ملوثًا بالمواد الكيميائية ولا يوجد سوى القمامة لتأكلها فى هذا الكوخ". عند هذه النقطة، فإن عمى التى كانت دائمًا واعية، يمكنها أن تدعى أن الكوخ كان باهظ الثمن، ولهذا السبب لم نقض وقتًا طويلًا هناك. ربما علينا أن نلجأ للتخييم هذا العام. "لا" قد تعترض أمى، التخييم سوف يعنى مزيدًا من الحشرات التى عابينا منها العام السابق، وتروح أمى تعدد بالتفصيل كل الأحداث التى تضمنت الكثير من الماموس والحشرات الطائرة الأخرى

والعقارب. فى واحدة من المناسبات عندما كنت فى الحادية عشرة أو الثانية عشرة وكان هذا النوع من المناقشة على أوجه، أتذكر أننى سألت نفسى، "أى الرحلات تلك التى كانوا يتحدثون عنها؟ هل أنا ذهبت فيها؟"

لقد بدا كما لو أننا لم نكن جميعاً ذهبنا لقضاء عطلة عائلية واحدة سعيدة (بطريقتها العرجاء للخاصة)، ولكن رحلات منفصلة إلى عوالم مختلفة. فلما إذ أفكر فى عطلاتى، لم أستطع تذكر أى حشرات؛ وأعتقد أن الطعام كان لذيذاً (خاصةً أفراس القرفة التى جعلت التره فى القرية من أفضل ما فى الرحلة)، ولا افترض أن فكرة أن الإقامة لها مقابل مادية قد جاءتى بأى شكل، وعلى الرغم من أننى تذكرت بالتأكيد رحلة التزلج على الماء التى كان يشير إليها عمى؛ فمن الصعب جداً تذكرها كشئ ممتع. لقد كانت تجربتى الأولى ولم يزعج أحد نفسه ليخبرنى أن أترك الحبل عندما أقع. لقد عرفت تقريباً، أو هكذا تذكرت. كون عمى يستدعى هذه الرحلة كمثال أعلى دائم للإحازات يدهشنى. فى تلك المناسبة، أتذكر أننى نظرت حول مائدة عمى الكبيرة حيث تذكرت أننا كنا جميعاً معاً فى المكان والزمان نفسيهما. إنه لمن الممكن توثيق ذلك. ومع ذلك بدا أن كلاً منا قضى عطلة صيفية منفصلة. لقد عشنا جميعاً عطلاتنا وخزنتها كل منا فى فكره وذاكرته بطريقة فردية تماماً فى ظل اهتماماتنا ومخاوفنا الخاصة.

يبدو لى الآن أن اندهاشى من الفروق الحادة الموجودة فى العوالم المعيشة فى عائلتى المتجانسة نسبياً كانت مصدر اهتمامى بالذات والشخصية. وبعد سنوات عديدة وجدت أن وليام جيمس قد كتب عن دهشته من معرفة أن "العوالم الداخلية" لأفراد يعيشون فى ظروف متشابهة، يمكن أن تكون مختلفة لهذا الحد. وحديثاً قرأت لإدوار - ساير E. Sapir عبارة أمسكت بهذا الإحساس، فقد كتب يقول "إن العوالم التى تعيش فيها مجتمعات مختلفة عوالم منفصلة، فهى ليست نفس العالم وقد سمي بأسماء مختلفة" لقد بدا لى أن العوالم التى عشت فيها عائلتى الممتدة كانت عوالم منفصلة، لا نفس العالم بأسماء مختلفة.

وبينما كنت أجرى الأبحاث الخاصة بأطروحتي، أصبحت مهتمة بالذات وبمصادر ومرتببات الاهتمامات النوعية التي تعطي شكلاً وتعريفًا للذات، والتي تعطي في الوقت نفسه نظاماً وتماسكاً وبناءاً للخبرة التي يعيشها الفرد. وقد أطلقت على هذه البناءات للمعرفة - المخططات - مخططات الذات. ووظيفة مخططات الذات هي إعطاء حيواتنا ربيها المنفرد وشكلها الخاص. لقد تسميت أنا ورملائي الباحثين في وظائف مخططات الذات أن نفهم كيف تمدنا بالاستمرارية في خبرتنا المعيشة، وكيف تسمح لنا بالانسجام مع بعض خصائص العالم دون الأخرى، وكيف تشكل ذاكرتنا وكيف تمدنا بعالم توقعاتنا عن المستقبل. ثم هذا البحث في فترة عندما كان الاهتمام بالمعرفة وبالمعالجات المعرفية في أوجه. وقد كان المجاز المسيطر عن العقل هو الكمبيوتر، لذلك ركزنا في دراسات مخططات الذات على ما سميناه مرتببات "معالجة المعلومات" على مخططات الذات.

الآن أعتقد أنه يتسع اهتمام كثير من الباحثين بالمرتببات الوجدانية والدافعية والتفسيرية لهذه البناءات التفسيرية، وبدورها في صنع الذات وصنع العالم. وتقرب دراساتنا الحالية وتتعلق مع هذه الاهتمامات النادرة من عدة نواح. إلا أنها تركز على الفروق بين الجماعات الثقافية أكثر من تركيزها على الفروق بين الأفراد. فمثل أعضاء العائلة الممتدة نفسها تنشئ الجماعات الثقافية خصائص مختلفة تماماً وواضحة عن العالم المشترك. فالثقافة الأمريكية تؤكد على الفردية والاستقلال وحق الفرد وحاجته ليكون منفرداً. وفي المقابل تؤكد كثير من الجماعات الثقافية الآسيوية على الاعتماد الأساسي المتبادل بين الأفراد، وأهمية أن يكون الفرد عضواً أو مشاركاً في جماعة بدلاً من إعطاء الاهتمام لفردية الشخص. وتعكس هذه التأكيدات، جريئاً، إدراكات مختلفة لمعنى أن تكون شخصاً أو "ذاتاً"، وكذلك آراء مختلفة حول ما هو جيد وما هو أخلاقي.

إن هدف بحثي الحالي، وهو هدف يشترك فيه كثير من أتباع علم النفس الحضاري، هو فحص مرتببات التباين في المخططات الثقافية الأساسية لطرق

التفكير، والشعور، والفعل الخاصة بنا. ومن اهتمامات هذا البحث، وهو اهتمام اعتقد بتزايد دلالاته في علم الشخصية وعلم النفس الاجتماعي، أن نفهم كيف تشكل وتُشَرِّط خبراتنا شديدة الخصوصية، وحياتنا الشخصية الداخلية (بما فيها مخططاتنا الذاتية للسيطرة) من خلال عوامل ثقافية وتاريخية واقتصادية واجتماعية سياسية متنوعة. وهذا يتطلب اهتمامًا خاصًا بسلسلة الأحداث بين الشخصية المتكررة التي تعطى للحياة اليومية شكلًا. والتوجه العام لهذا البحث هو نحو تغطية أو تفتيت الحواجز الصلبة والحادة التي اصطنعتها بحوثنا السابقة بين الفرد والعوامل الثقافية الاجتماعية، أو بين الذات والجماعة أو بين الشخص والموقف، بالإضافة إلى النظر إلى هذه الظواهر لا كقوى منفصلة يجب أن تتنافس مع بعضها البعض؛ ولكن كاشكال من الواقع متبادلة التأثير يجب أن تكون متعاونة لأنها تتطلب بعضها الآخر.

العمليات الدافعية المتصلة بالذات: تحقيق الذات وتعزيز الذات

ركزنا في المناقشة السابقة أساسًا على الأوجه الذاتية للذات. بينما سنركز في هذا القسم على العمليات الدافعية. هناك مستويان من مستويات العمليات الدافعية يتم تأكيدهما في العلاقة بالذات، وهما الاتساق والتعزيز. والاتساق، الذي يسمى أيضًا تحقيق الذات، يشير إلى محاولات الفرد لإيجاد اتفاق بين إدراكات الذات، ثم بين إدراكات الذات من ناحية والمعلومات الواردة من ناحية أخرى: نحن نسعى لأن نعرفنا الآخرون كما نحن، أو بما نعتقد أننا عليه. بينما يشير تعزيز الذات إلى المحاولة لتوفير المعلومات التي ستحافظ على تقدير الذات أو زيده: نحن نسعى لأن نعرفنا الآخرون بما هو نحن، أو بما نود أن نكون.

وقد رأينا من قبل تأكيدًا على اتساق الذات بالفعل في نظريات كيلي Kelly وإبستين Epstein. وهو دافع أكده أيضًا كثير من المنظرين الآخرين (Aronson, 1989; Schlenker & Weigold, 1992). فلماذا يجب على الأفراد أن يسعوا

لاتساق الذات؟ أولاً: لأن اتساق الذات يمدنا بإحساس التماسك والتكامل، في حين أن انخفاض اتساق الذات بصاحبه صراع ومشقة. ثانياً: يتيح لنا الاتساق القدرة على التنبؤ، بينما يعنى نقص الاتساق أننا غير قادرين على التنبؤ بكيف سنسلك. ومن هذا المنطلق هناك دوافع معرفية وانفعالية للاتساق مع الذات، هناك دوافع معرفية بمعنى الحاجة لتكون قادرين على التنبؤ بالأحداث، وهناك دوافع انفعالية بمعنى تفادى الشدة والصراع المصاحبين لنقص الاتساق. وعلينا ألا نندهش من أن الحاجة للاتساق الداخلى سوف تؤدي بنا إلى الحاجة إلى تحقيق الذات، والتي تعنى الحاجة لأن يؤكد لنا الآخرون ما نعتقه عن أنفسنا. هناك حاجة لجعل دوائنا الداخلية الخاصة، وذواتنا الخارجية العامة متسقة مع بعضها البعض (Fleming & Rudman, 1993). نحن ننتقى المواقف التي ستؤكد مفهومنا عن ذاتنا، حتى ولو كانت المعلومات التي نحصل عليها ليست مفيدة لتقديرنا لذاتنا. بعبارة أخرى ربما نكون حاجتنا لتحقيق الذات كبيرة لدرجة أننا مستعدون لتقبل المعلومات السلبية للحفاظ على مفهومنا عن ذاتنا. في الواقع، ربما تكون الحاجة لتحسب الخلل في إحساسنا بالذات كبيرة لدرجة أن الأحداث الإيجابية قد تضر بصحتنا إذا كانت لدينا صور سلبية عن الذات (Brown & McGill, 1989). باختصار، الافتراض هنا هو أن الأفراد مدفوعون لتزكية اتساق الذات وتحقيق مفاهيمهم عن ذاتهم من خلال توكيدات الآخرين.

ولكن ماذا عن الحاجة إلى النظرة الإيجابية وتفسير الذات؟ اليس لدينا حاجة للحفاظ بصورة إيجابية عن ذاتنا؟ مرة أخرى نقول إن المنظرين بشدور على أهمية الحاجة لتعزير الذات، أو الحاجة للحفاظ على تقدير الذات، أو دافع الفرد للاعتقاد بكفاءته التكيفية والأخلاقية (Baumeister, 1998, 1999; Greenwald & Partkanis, 1984; Pyszczynski, Greenberg, & Solomon, 1997; Tesser, 1988). نعال هذه لروية، يسعى الأفراد نحو المعلومات بطريقة تخدم الذات، ويستعدون للتحديات أكثر من الإخفاقات. ويميلون لأن يعزوا أنفسهم

النجاح أكثر من الفشل، ويميلون لرؤية الطيب في أنفسهم أكثر مما يرويه في الآخرين. ولكن ماذا عن قبول المعلومات السلبية المتعلقة بالذات؟ تبعاً لهذه الرؤية، فإن غياب الاتساق مع الذات يمكن احتماله بشرط ألا يوحى بعدم كفاءة الذات^(١). فعندما نميل نحو تفصيل معلومات سلبية عن ذاتنا؛ لا يرجع ذلك لحاجتنا لتحقيق الذات، ولكن لأننا نخشى أن يؤدي التقويم الإيجابي غير الواقعي إلى إحباطات كبيرة لتوقعاتنا، وبالتالي إلى شرح أكبر في تقويمنا لذواتنا (Steel & Spencer, 1992). وفي سعيها للحفاظ على تقديرنا لذاتنا وتعزيزه، فإننا نستخدم عمليات انعكاس^(٢) وعمليات مقارنة^(٣)، لتقوية تقديرنا لذاتنا بمصاحبة آخرين ذوي مكانة عالية في نظرنا (انعكاس)، وبقادة المقارنة يمثل هؤلاء الأفراد (Tesser, Pilkington, & McIntosh, 1989). نود معظمنا أن نعرف كأصدقاء للشخصيات المهمة (انعكاس) ولكن على ألا نقارن بهم.

يبدو ميلنا لتفسير الأحداث بطريقة تعزز من الذات مقبولا حديثا^(٤) أكثر من تمللنا أحيانا إذ نواجه مجاملات، أو أحداثا إيجابية، أو نجاحات. ومع ذلك فإن حاجتنا للمحافظة على صحة تقديرنا لذواتنا يمكن أن تؤدي إلى بعض التأثيرات المزعجة. فمثلا، ربما نحاول، عبر المناورات المعوقة للذات^(٥) وضع الحواجز في طريق نجاحنا، وبهذا يمكن عزو هذا الفشل إلى الحاجز (Tice, 1991). وبالتالي، فإن الفرد الذي يستخدم استراتيجية إعاقه الذات ربما يأتي متأخرا "متعمدا" في مقابلة مهمة جدا. فإذا لم يحصل على الوظيفة، فإنه يستطيع إلقاء اللوم على الحضور متأخرا أكثر من اللوم على شيء شخصي ربما يمثل خفصا أكثر لتقدير الذات.. وبالمثل، ربما نقصي ذاتنا حتى نتجنب إحباط أنفسنا أو الآخرين من ذاتنا. وفوق

(١) Self-Inadequacy

(٢) Reflection Processes

(٣) Comparison Processes

(٤) Intuitive

(٥) Self-Handicapping

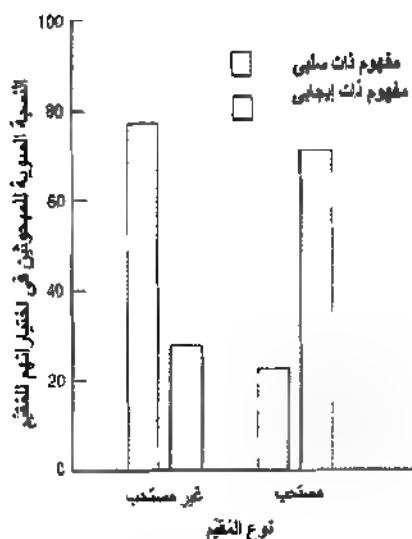
ذلك ربما يكون الألم من حفص تعديراً لذاتنا كبيراً حذاً إلى الدرجة التي نبحث بها عن مهرب من وعينا بذاتنا من خلال الكحول أو المحدرات أو الأكل سِراً (أو حتى الانتحار (Baumeister, 1990, 1991; Heatherton & Baumeister, 1991).

فهل هذه الرؤية صحيحة أم الرؤية الأخرى؟ فهل نحر سعي إلى "الصحيح" أم "الجيد"؟ إلى أمانة تحقيق الذات أم إلى الوهج الدافئ لتعزيز الذات؟ وماذا يحدث عندما يتصارع الدافعان؟ وإذا جاء الدفع ليدفعنا؛ فهل نفضل المردود الدقيق أم المردود الإيجابي؟ الحقيقة المزعجة أم ما يتناسب مع خيالنا؟ أن نعرف بما نحن عليه أم أن نستلطف على أساس ما نود أن نكون؟ (Pelham, 1991; Strube, 1990; Swann, 1991, 1992, 1997) وماذا يحدث عندما تتصارع حاجتنا المعرفية للتسق أو تحقيق الذات مع حاجتنا الوجدانية لتعزيز الذات، وهو ما أطلق عليه سوان Swann النيران المعرفية الوجدانية المتقاطعة^(٢) (Swann, 1997; Swann, Griffin, Predmore, & Gaines, 1987; Swann, Pelham & Krull, 1989)

لقد كان سوان (Swann, 1997) واحداً من أكثر الباحثين نشاطاً فيما يتعلق بهذا السؤال. وقد تأثر في الجزء الغالب بالدافع لتحقيق الذات، حتى فسي تقدير المعلومات السلبية. وبالتالي، يوضح سوان النتائج غير السعيدة لمفهوم الذات السلبي باستخدامه وصف المرأة الجذابة واللطيفة والذكية التي تترك الرجال الذين يحبونها، وتكون منجذبة للرجال غير العطوفين بها، وذلك من أجل تحقيق مفهومها السلبي عن ذاتها. ولكن وراء مثل تلك الحكايات والنكات العيادية الساحرة مثل عبارة حروتشو ماركس (Groucho Marx) "لن أرُبط بالنادي الذي سيقبلي عضواً"؛ يقدم سوان دليلاً واقعياً لدعم هذه الوجهة من النظر. في اختبار الفرص القائل إن

الأفراد يسعون نحو الشريك الذى يحقق ذاتهم (أى الذى يدعم صورتهم عن ذاتهم)، أعطى سوان مجموعتين من المبحوثين، إحداهما من ذوى تقويم الذات المستحب، والأخرى من ذوى تقويم الذات غير المستحب؛ فرصة لاختبار التفاعل مع واحد من اثنين من المقيمين. وقد احتوت أوصاف المقيمين، اللذين كانا فى الحقيقة مزيفين، على تعليقات وصفية مكتوبة عن المبحوثين، مجموعة من هذه الأوصاف مستحبة والأخرى غير مستحبة. فهل سيفضل المبحوثون التفاعل مع المقيم الذى يعطى تقويماً إيجابياً، متفقاً مع الدافع لتعزيز الذات، أم ستكون هناك اختيارات مختلفة من قبل المبحوثين ذوى التقويمات الإيجابية والمبحوثين ذوى التقويمات السلبية، بما يوافق فرض تحقيق الذات؟

إن ما وجدته سوان كان واضح الاختلاف بين المجموعتين فى تفضيل شركاء التفاعل (Swann, Stein-Seroussi, & Giesler, 1992). اتفاقاً مع فرض تحقيق الذات، فصل الأفراد ذوو مفهوم الذات الإيجابى التفاعل مع "المقيمين" الذين أعطوا تقويمات مستحبة، بينما فصل الأفراد ذوو مفهوم الذات السلبى التفاعل مع "المقيمين" الذين أعطوا تقويمات غير مستحبة (شكل ٨-١). علاوة على أن سلباً تجريبياً آخر يقتصر أن الأفراد ذوى المفهوم السلبى عن الذات سوف يستجيبون للنساء من خلال البحث عن مردود حول حدودهم، وسوف يظلوا ملتزمين بتحقيق ذات شركائهم حتى ولو كان شركاؤهم ناقدين لهم (Swann, Hixon, & De La Ronde, 1992; Swann, Wenzlaff, Krull, & Pelham, 1992).



شكل (٨-١) تفضيلات التفاعل مع الشريك، الأفراد ذوو المفهوم الإيجابي عن الذات والأفراد ذوو المفهوم السلبي عن الذات يختارون على السواء التفاعل مع أولئك الذين يؤكدون مفهومهم عن ذاتهم - لسوء حظ أولئك ذوي المفهوم السلبي عن الذات

المصدر: *From "Seeking 'Truth,' Finding Despair: Some Unhappy Consequences of a Negative Self-Concept," by W. B. Swann, Jr., 1992, Current Directions in Psychological Science, 1, p. 16. Reprinted with the permission of Cambridge University (Press).*

فهل هذه النتائج لها تضمينات بالنسبة لفهمنا للاكتئاب؟ بعبارة أخرى، هل يجتنب الأفراد المكتئبون المشحونون المردود السلبي الذي يؤكد رؤيتهم السلبية عن ذاتهم ويديم اكتئابهم؟ ولاختبار هذا الاحتمال، أعطى سوان ورملاؤه (Giesler,

(Josephs, & Swann, 1996) الفرصة لأفراد مكتئبين عاديًا للاختيار بين الحصول على مردود سلبي أو إيجابي، فيما يتعلق بقوتهم وضعفهم. وقد طلب منهم أيضًا تقدير دقة كل اثنين من أوصاف مختصرة لشخصيتهم، أحدهما إيجابي (مثل: هذا الشخص يبدو متوافقًا بشكل جيد، وواثق في نفسه، وسعيد) والآخر سلبي (مثل: هذا الشخص يبدو غير سعيد، وغير واثق من نفسه). وقد تمت مقارنة استجاباتهم مع أفراد منخفضين أو مرتفعين على مقياس لتقدير الذات. نعتصر نظرية تحقيق الذات أن الأفراد المكتئبين عاديًا سوف يعبرون عن تفضيلهم للمردود السلبي، وسوف يركزون هذا المردود بوصفه شديد السلبية، وذلك مقارنة بالأفراد ذوي تقدير الذات المرتفع، بينما يقع الأفراد ذوي تقدير الذات المنخفض بين هاتين المجموعتين. وقد كانت هذه هي الحالة في الواقع: ٨٢% من المشاركين المكتئبين اختاروا المردود غير المستحب، مقارنةً بـ ٦٤% من المشاركين ذوي تقدير الذات المنخفض و ٢٥% من المشاركين ذوي تقدير الذات المرتفع. وبالمثل، أدرك الأفراد المكتئون الوصف السلبي بوصفه أكثر دقة من الوصف الإيجابي، بينما كان العكس صحيحًا بالنسبة للمجموعتين الأخريين. لا سيما بالنسبة للمجموعة ذات تقدير الذات المرتفع. ومن ثم فقد افترض المؤلفون أن السعي نحو التقييمات السلبية والفشل بالنسبة للسعي نحو التقييمات المرغوبة، يساهم في الاكتئاب.

فهل الحاجة لتحقيق المفاهيم السلبية عن الذات تفترض أن مثل هؤلاء الأفراد مازوخيين^(١)؟ لا يعتقد سوان ذلك، فبدلاً من تفضيل كامل للمعلومات السلبية؛ فإنهم يسعون فقط نحو المعلومات السلبية التي تؤكد ترويضاتهم السلبية عن ذاتهم. أما في محالات القوة الخاصة بهم فيسعى الأفراد ذوو التقييمات السلبية العامة عن الذات نحو مردود ذات مرغوب. يوماً يفترضه سوان هو أن الأفراد ذوي التقييمات السلبية عن الذات هم أنفسهم واقعون في تناطح نيران معرفية وجدانية بين تفضيلهم للمردود

السلبى الذى يتفق مع مفهومهم عن ذاتهم والمردود الإيجابى الذى سيرفع تقديرهم لذاتهم. ويفترض سوان أن الأفراد ربما يصلون بشكل مدئى المردود الإيجابى فى مثل هذه الظروف، إلا أنه بناءً على مزيد من المقارنة بين مثل هذا المردود، ومفهومهم عن ذاتهم فإنهم يختارون تحقيق الذات: "عندما يكون مفهوم الذات سلبياً، فإن الرغبة فى تحقيق الذات سوف تغطى على الرغبة فى التوفيق الإيجابية" (Swann, 1992, p. 16).

إن دليل سوان لمؤثر، وهو يمدنا بأساس لفهم لماذا تكون المفاهيم السلبية عن الذات عصبية على التغيير إلى هذه الدرجة. على مسار الجهود المبذولة لتحسين مفهومهم عن ذاتهم، مثلما يحدث فى العلاج النفسى، يتفاعل الأفراد ذوو المفاهيم السلبية عن الذات مع آخرين، ويكونون محيزين لقبول للمعلومات من الآخرين الذين يصدقون على رؤيتهم السلبية عن ذاتهم. وفى عبارة تبدو معاطفة مع النماذج التحليلية، يفترض سوان أن "بحوثاً متنامية تفترض أن شكل علاقات الأطفال مع مربيتهم الأوائل سوف تساعد فيما بعد - أو تعطلهم- إذ هم ينضجون. وتفترض بياناتنا أن مفاهيم الذات لدى الأفراد ربما تعد وسيلة مهمة لنقل علاقات الطفولة إلى مراحل الحياة المختلفة" (1992, p. 18).

وفى الوقت نفسه، نحن لا نحتاج لأن ننبهر بقوة الحاجة لحماية تقديرنا لذاتنا بينما العنصر الوجدانى فى تقاطع النيران. فمن الممكن أن يكون هناك توازن بين الحاجة المعرفية للاتساق والحاجة الوجدانية لتقدير الذات أو لتعزيز الذات. فعندما تقتضى الظروف الحاجة للواقع، فقد تسيطر مواقع الاتساق؛ وعندما تكون ضرورات الواقع ضعيفة أو تكون حاجات تقدير الذات كبيرة، فمن الممكن أن تسيطر مواقع تعزيز الذات (Schienker & Weigold, 1989). وفى بحث سوار كار المبحوثون مدعوين فى الغالب للاختيار بين اثنين. ولأن يفعلوا ذلك فى ظن ظروف ربما تستحث تأكيداً على الأمانة والاتساق مع الذات. ومع ذلك، وفى ظل ظروف أخرى، ربما يرضى الأفراد بالتوقف عند المشاعر الحيدة المصاحبة

للمردود الإيجابي دون الاستمرار في تبين ما إذا كانت المعلومات متناسبة مع مفهومهم لذاتهم (Sedikides, 1993). وفي ظل ظروف أخرى يستطيع الأفراد استخدام أنبيات خداع الذات وإعاقة الذات لحماية تقديرهم لذاتهم. وبالفعل تفترض البحوث فروقاً فردية في الحاجة إلى تعزيز الذات وفي أي الظروف تكون الحاجة إلى تعزيز الذات أو الحاجة لتحقيقها أكبر من الأخرى. فبالنسبة للفروق الفردية، تفترض البحوث أن الأفراد مرتفعي النرجسية- أي، هؤلاء الذين يكونون مشغولين بأنفسهم وبأهميتهم- يطهرون تحيزاً نحو تقويم أدائهم بطريقة إيجابية تتطوى على تعزيز للذات مقارنة بأداء الآخرين (John & Robins, 1994; Robins & John, 1994). أما بالنسبة للظروف، فإن يتوفر دليل على أنه، أثناء المواعيد، يهتم الأفراد بتعزيز الذات- أي يهتمون بأن يتم تقويمهم بشكل مستحب خلال مواعيدهم للجنس الآخر- بينما في الزواج أو في العلاقات الملتزمة فإنهم يهتمون بتحقيق ذاتهم، أي بأن يراهم شركاؤهم كما يرون أنفسهم: " يبدو أن الزواج يؤدي لفئة من الرعة في تقويمات إيجابية إلى الرغبة في تقويمات تحقق الذات " (Swann, De La Ronde, & Hixon, 1994, p. 857).

باختصار، لدينا برهان على أهمية كلتا العمليتين الدافعتين المصاحبتين للذات- الحاجة إلى للاتساق مع الذات والحاجة لتعزيز الذات. وهناك دليل مهم لدعم الدافعين كليهما، يبرر الانتباه إلى أهمية الذات بالنسبة للشخصية والدافعية. هناك دليل واضح على قوة الحاجة إلى تحقيق الذات، حتى إذا كانت النتيجة مزيداً من تحقيق المفهوم السلبي عن الذات. وعلى الرغم من التناقض البادى مع العمل من خلال مبدأ الألم-اللذة، إلا أن الحاجة إلى الاتساق تشهد لفائدة الفة والقابلية للتنبؤ في ادائنا اليومي الخاص بنا. وفي نفس الوقت، يظل من المطلوب تحديد في ظل أي ظروف ستكون الحاجة المعرفية للاتساق أغلب، وفي أي ظروف أخرى ستقلب الحاجة الوجدانية لتعزيز الذات. يظل من المطلوب تحديد الرائج في تقاطع النار المعرفي- الوجداني.

مقارنة بين الرؤى المعرفية الاجتماعية والرؤى التحليلية عن

الذات

في مقالة عام ١٩٩٢ فحص ويستين Westen، المتخصص في أدبيات التحليل النفسي وكذلك في الأدبيات المعرفية الاجتماعية، الرؤيتين ونساءل: هل نستطيع أن نجمع بين ذواتنا؟ لقد لاحظ ويستين التشابهات الكثيرة بين الرؤيتين، مفترضاً أن هذا التقارب المتنامي يمثل معاناة بالأساسة لعارئ أحدهما فقط. ونساءل ويستين بعد ذلك، " فهل نحن، بالتالي، عائلة سعيدة واحدة، حيث يسير علماء النفس المعرفيون والتحليليون بفخر متوازي تحت لواء الذات؟ " (Westen, 1992, P. 4).

من الواضح أن تكاملاً بين الرؤى المعرفية الاجتماعية والرؤى التحليلية ستكون له فوائد كثيرة. فكل منهما له إسهاماته، ولكن لكل منهما أبعاضاً حسوده. فمثلاً، يرى ويستين أن التصور التحليلي للذات ينفذ إلى الأساس الإمبريوي ويتجاهل الفروق الثقافية. وعلى الرغم من أن النظرية المعرفية الاجتماعية تُعد قوية من هذه المنظورات خاصة، إلا أنها تفقد لعمق التحليل النفسي مثل الاهتمام الذي أعطى في نظرية العلاقة بالموضوع لتفاعلات المعقدة فيما بين العمليات الوجدانية والدافعية. فإذا كانت نقاط الضعف في أحدهما تمثل نقاط القوة في الأخرى، فلماذا لا يحدث التكامل؟

لقد تناول سؤال ويستين ممثلون من كل من وجهتي النظر، فماذا كان استنتاجهم عما إذا كانت كلتا الذاتين يمكن وضعهما متوازيًا لتشكل ذات موحدة؟ لم تكن الإجابة مشجعة تمامًا. مع أن أعضاء كل مجموعة قد تعرفوا على إسهامات المجموعة الأخرى، إلا أنهم قد تعرفوا بالدرجة نفسها على حدودها وعلى الإسهامات الفريدة لمجموعتهم هم. هكذا كانت الدراما والقوة الملحوظتان في السياق العيادي كافيتين في إيهارهما للمحللين النفسيين لتعلمهم يحسمون عن التحرك نحو التوجه الذي يؤكد المعرفيون الاجتماعيون. أما انبهار أعضاء المجموعة

الأخيرة بالتطورات المنهجية والمفهومية، فقد جعلهم يحجمون عن الدخلى عن
 حديثهم المنهجية لصالح دراما الذات التى يرصدها الإكلينيكيون.

فما أحجار العثرة الأخرى فى طريق فكرة التكامل، تلك الفكرة التى تبدو
 المائدة منها جمة؟ لقد كان نقص الاتصال بين أعضاء الجماعتين حجر عثرة رئيس
 فى وقت من الأوقات. ومع ذلك، يبدو أنه يوجد الآن أفراد من كل "معسكر" لديهم
 ألفة واحترام لعمل أعضاء الفرقة الأخرى. يبدو، بالأحرى، أن المشكلة تكمن فى
 تباين جوهرى فى التكوين المفهومى كما فى التوجهات البحثية. هناك ثلاث قضايا
 محورية مرتبطة بالتكوين المفومى: (١) أهمية التمثيلات اللاشعورية للذات،
 (٢) أهمية الخبرات المبكرة فى تكوين تمثيلات الذات، (٣) القوة الوجدانية والدافعية
 لهذه التمثيلات، خاصة بالنظر إلى تفاعلاتها الدينامية. يؤكد المحللون النفسيون
 أهمية التمثيلات اللاواعية للذات، وأهمية الخبرات المبكرة فى تكوينها واستمرار
 أدائها لوظائفها، والتفاعلات الدينامية بين هذه التمثيلات. فالصراع بين تمثيلات
 الذات، مثلاً، يُعد مسألة شديدة الأهمية. أما المتخصصون فى المعرفة الاجتماعية
 فيهتمون أكثر بمنحطات الذات الشعورية أو اللاشعورية التى تسيطر عليها
 العمليات المعرفية الآلية^(١)، كذلك يهتمون بتمثيلات الذات الحالية أو الذات الحالية
 المصاحبة لذكريات الماضى، وأيضاً بقدرة الأفراد على التمييز بين أعضاء عائلة
 الدوات. ويقع على حدود هذه الاختلافات الفروق فى مناحى البحث، حيث يؤكد
 أحدهما العمل العيادى فى حين يؤكد الآخر التجريب. وبالتالي. فعلى الرغم من أن
 فكرة وصع كثير من الدوات معاً تبدو معقدة، وعلى الرغم من أننا ربما نقرب من
 البقعة التى عندها يكون التكامل الحقيقى ممكناً، إلا أن المحيين بظلال منفصلين
 ومتبنيين حتى الآن. إنهما، فى أفضل الأحوال، أبناء عمومة من الدرجة الثانية فى
 عائلة الذوات.

الفروق الفردية في الذات وفي عملياتها:

نتولنا في المناقشة السابقة المبادئ العامة التي تركز على بناء الذات والعمليات المرتبطة بها. وعلى الرغم من أننا كثيراً ما رصدنا الفروق بين مجموعات الباحثين؛ فإن التأكيد العام كان على المبادئ المشتركة. سنتناول في هذا الجزء متضمنات الفروق الفردية في الأوجه المختلفة للذات.

مفهوم كفاءة الذات لباندورا

كان مفهوم الذات بالفعل مهماً في السنوات المبكرة للنظرية المعرفية الاجتماعية، أو كما كان يُطلق عليها آنذاك نظرية التعلم الاجتماعي (Bandura & Walters, 1963)، وهو ما كان يتفق آنذاك بذلك مع التأكيدات السلوكية المبكرة. بعد ذلك، وتأثراً بالثورة المعرفية، اتخذ مفهوم كفاءة الذات وضعاً محورياً كجزء من النظرية (Bandura, 1977a). وتتعلق الكفاءة الذاتية بالقدرة التي يدركها الفرد لتعايشه مع مواقف محددة. وهي ترتبط بأحكام الأفراد التي تتعلق بقدراتهم على مواجهة مطالب محددة في مواقف بعينها. ويجب أن يكون واضحاً أن المفهوم المعرفي الاجتماعي للذات يشير إلى عمليات تُعد جزءاً من الأداء الوظيفي للنفسى للشخص. فليس للشخص بناءً يسمى "الذات"، بل بالأحرى تصورات مفهومية عن الذات⁽¹⁾ وعمليات تحكم ذاتية⁽²⁾ ربما تتباين من أن لآخر ومن موقف لآخر. ومثل ثم فقد تعرضت المفاهيم السابقة عن الذات للنقد لكونها مفاهيم كلية بدرجة زائدة عن الحد، وإهمالها للتباينات الموقعية في الطرق التي يرى بها أنفسنا. وكما لاحظنا مبكراً، هناك عدد من الذوات في الرؤية المعرفية الاجتماعية، عائلة من الذوات، وفي إطار المعتقدات الخاصة بكفاءة الذات؛ فإن هناك الكثير من هذه المعتقدات المتباينة. وعلى الرغم من أن الأفراد يختلفون في معتقداتهم عن كفاءتهم الذاتية، إلا

Self-Concepts (1)
Self Control Processes (2)

أنه بسبب الخصوصية الموقفية لهذه المعتقدات، فإننا لا نستطيع تناول الكفاءة الذاتية بوصفها سمة شخصية. أما في إطار محاولة فهم الشخص وسلوكه اليومي؛ فإن معتقدات الكفاءة الذاتية التي تصاحب مهام ومواقف محددة تُعدُّ أكثر جوهرية من أي إحساس عام بالكفاءة الذاتية أو تقدير الذات. ومن ثم، فمعتقدات الكفاءة الذاتية في المجال الأكاديمي على سبيل المثال ربما لا تتعلق مع معتقدات الكفاءة الذاتية في المجالات الاجتماعية والرياضية.

وفقاً لباندورا، فإن هناك أربعة محددات لمعتقداتنا عن كفاءتنا ذاتنا: إنجازات الأداء الفعلي^(١)، والخبرة بالمشاهدة، والافتناع اللفظي^(٢) والاستثارة الانفعالية^(٣) (Bandura, 1997, 1999). وتعد إنجازات الأداء الفعلي أكثر المصادر أهمية للمعلومات الخاصة بالكفاءة الذاتية، حيث يكتسب الأفراد من خلال الخبرة معرفتهم عما يجبون وعما يمثل نقاط ضعف بالنسبة لهم، عن كفاءتهم وعن حدودهم. أما الخبرة بالمشاهدة، فتجعلنا قادرين على ملاحظه نجاحات وإخفاقات الآخرين، وتقويم أنفسنا بناءً عليهم، وتكوين معتقداتنا عن كفاءتنا وفقاً لذلك. وهكذا، فمن خلال عملية تُسمى التعلم بالملاحظة (انظر الفصل الثالث)؛ فإننا نتعلم أشياء عن العالم وعن أنفسنا من خلال ملاحظة الآخرين. نحن لسنا بحاجة لأن نعيش كل شيء مباشرة لكي نتعلمه. أما من خلال الافتناع اللفظي فإننا نتأثر بالاتجاهات والمعتقدات التي تصلنا من الآخرين والتي تتعلق بما نستطيع فعله. فالثقة فيما نتى تصلنا من الوالدين أو الشركاء أو الأصدقاء يمكن أن تصنع فرقاً كبيراً في معتقداتنا عن كفاءتنا الذاتية معارمةً بالتعبير عن الشك ونقص الثقة. وعلى جانب آخر، فإن مثل هذه التعبيرات عن الثقة يجب أن يضعها إيجار على يؤكد لها لكي تصبح ذات معنى يساهم في إحساسنا بالكفاءة الذاتية. وأخيراً، من خلال وعينا

Actual Performance Accomplishments (١)

Verbal Persuasion (٢)

Emotional Arousal (٣)

بامتثالنا الانفعالية فإننا نتلقى معلومات تتعلق بكفاءة الذاتية في موقف ما- على سبيل المثال: الإحساس بالتهديد، وزيادة ضربات القلب المصاحبة لفشل محتمل مقابل الانتعاش⁽¹⁾ المصاحب لنجاح متوقع.

وكما أشرنا، ترتبط معتقدات الكفاءة الذاتية بالمواقف والمهام. فهي تؤثر على أحكام الفرد الخاصة باحتمال النجاح في المواقف، دون إنكار أن النجاح يمكن أن يتأثر بعوامل خارجة عن سيطرة الفرد. قد تكون معتقدات الكفاءة الذاتية قوية أو ضعيفة، وهي قد تقاوم التغيير بشدة، أو قد تتأرجح بما يشهه اليوبو من طرّف لآخر. وهكذا، فبينما يحتفظ بعض الأفراد بإحساسهم بالكفاءة الذاتية برغم الإحباط وحيية الأمل المستمرة؛ يتأثر إحساس آخرون بالكفاءة الذاتية دوماً بكل حدث ينطوي على نجاح أو على فشل. بالإضافة إلى ذلك نجد أن معتقدات الكفاءة الذاتية ربما تكون واقعية نسبياً أو غير واقعية. وفي هذا الإطار الأخير، فإبنا ربما نعرف من الأفراد من يتميزون بكفاءة غير منكورة، ولكنهم يترددون في تصديق حجم ما أنجزوا، كما يمكن أن نقابل أفراداً يشعرون بالعظمة والكبر يعتقدون أنهم يستطيعون إنجاز ما يتخطى قدرتهم الفعلية على الإنجاز بأشواط.

ترجع أهمية معتقدات الكفاءة الذاتية لكونها تؤثر على اختياراتنا لأي النشاطات نشترك فيها، وكم من جهد نبذله في موقف ما، وكم من وقت نستغرقه في أداء مهمة، وكذلك استجاباتنا الانفعالية أثناء توقعنا لموقف ما أو استغراقنا فيه. من الواضح أننا نفكر ونشعر ونصرف بشكل مختلف في المواقف التي نشعر فيها بالثقة في قدرتنا، عن المواقف التي لا نشعر فيها بالأمان أو بالكفاءة. وبالتالي فإن الأفراد سيختلفون في أفكارهم ودافعيتهم وإفعالهم وأدائهم في المواقف وفقاً للفروق بينهم في معتقدات الكفاءة الذاتية. وفي بحث متعلق مع هذه المسألة درس باندورا وميرفون (Bandura & Cervone, 1983) تأثيرات الأهداف ومعتقدات

Exh 'aration (1)

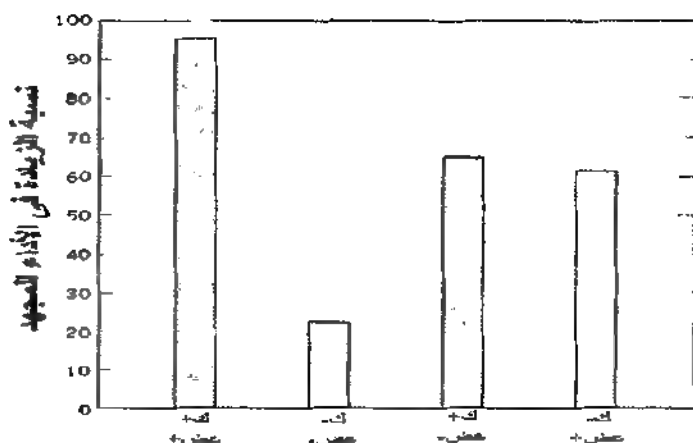
الكفاءة الذاتية على الدافعية والمثابرة^(١) في أداء إحدى المهام. في هذا البحث قام المبحوثون بأداء نشاط مجهد في ظل وجود أو غياب هدف من النشاط، وكذلك في ظل وجود أو غياب مردود^(٢) يمكنه أن يؤثر على معتقداتهم عن كفاءتهم الذاتية. وبعد مضي فترة بنزلوا فيها بعضاً من النشاط المبدئي، وضع المبحوثون تقديرًا عن درجة رضاهم أو عدم رضاهم إذا أدوا نفس المستوى من الأداء في جلسة، وكذلك قدروا ما أدركوه عن مستوى كفاءتهم الذاتية بالنسبة لمستويات الأداء المختلفة الممكنة. وبعد ذلك تم قياس أدائهم في الجلسة التالية. وقد وجد أن الجهد التالي كان في أشد مستوياته عندما كان المبحوثون راضين عن أدائهم الذي كان دون المستوى. وعندما كانت أحكامهم عن كفاءتهم الذاتية مرتفعة، (شكل [٨-٢]):

بعبارة أخرى، من الواضح أن معتقدات الكفاءة الذاتية تلعب دورًا في المثابرة على أداء المهمة (Bandura, 1989). كما أن زيادة معتقدات الكفاءة الذاتية وتثبيتها يُعد جزءًا مهمًا أيضًا في الجهود العلاجية المبذولة لجعل المرضى يواجهون المواقف المخيفة لهم، ويتجنبون الابتكاسة بعد جهود التغلب على أنماط سلوك الأكل والشرب والتخزين العهرية (Bandura, 1986).

وواحدة من أكثر الجهود البحثية الناهرة مؤخرًا كانت ربط معتقدات الكفاءة الذاتية بالصحة (O, Leary, 1985, 1992). ومحور هذا البحث هو علاقة الكفاءة الذاتية المدركة بأداء جهاز المناعة (محارب المرض). فتتوفر دلائل على أن المشقة الشديدة يمكن أن تؤدي إلى خلل جهاز المناعة، في حين أن تحسن القدرة على مواجهة المشقة يمكن أن يزيد من كفاءته (O Leary, 1990). وفي تجربة مصممة لفحص أثر الكفاءة الذاتية المدركة للتحكم في الضغوط على جهاز المناعة، وجد ناننورا وزملاؤه أن الكفاءة الذاتية المدركة قد رادت في الواقع من الأداء الوظيفي لجهاز المناعة (Wiedenfeld, et al., 1990).

Persistence (١)

Feedback (٢)



[ك+: ارتفاع في الكفاءة الذاتية، ك-: انخفاض في الكفاءة الذاتية،

عضن+: ارتفاع في عدم الرضا عن الذات، عضن-: انخفاض في عدم الرضا عن الذات]

شكل [٢-٨] متوسط نسبة التغيرات في مستوى الدافعية في ظل ظروف جميع الأهداف ومردود الأداء كدالة لمختلف تجميعات مستويات عدم الرضا عن الذات والكفاءة الذاتية المدركة في إحراز الأهداف. يصور الشكل البياني أهمية كل من عدم الرضا عن الذات مع أداء دون المعيار وارتفاع الكفاءة الذاتية المدركة بالنسبة للدافعية. فقد أظهر المبحوثون المرتفعون في كل من عدم الرضا عن الذات والكفاءة الذاتية المدركة أعلى مستويات الأداء، وفي حين أظهر المبحوثون المنخفضون في كليهما أقل مستوى أداء.

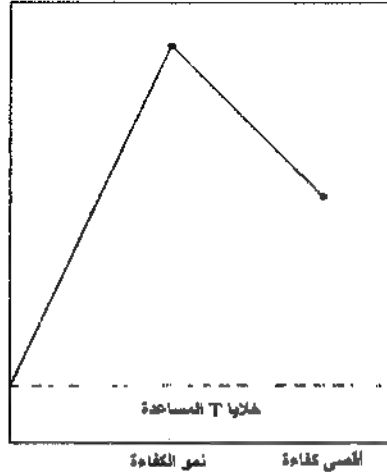
المصدر:

From "Self-Evaluation and Self-Efficacy Mechanisms Governing the Motivational Effect of Goal System" by A. Bandura and D. Cervone 1983 Journal of personality and social psychology, 45, p1024. Copyright 1983 by the American psychological Association. Reprinted by permission.

وفى هذا البحث، تم اختبار مبعوثين من المصابين بالرهاب^(١) (خوف بالغ) الشعاب، تحت ثلاثة ظروف: مرحلة خط الأساس المضابط، حيث لا يتعرض المبعوثون فيها للمثير المخيف (شعبان) ومرحلة اكتساب كفاءة ذاتية مدركة، ويتم خلالها مساعدة المبعوثين على اكتساب إحساس بدرجة من كفاءة التعاليش، ومرحلة لأعلى كفاءة ذاتية مدركة بمجرد ما يطور المبعوثون الإحساس بكفاءة تعاليش تامة. وفى كل من هذه المراحل تم سحب كمية قليلة من دم المبعوثين وتحليلها للكشف عن وجود الخلايا المعروفة أنها تساعد على تنظيم جهاز المناعة. فمثلاً تم قياس مستوى خلايا (T) المساعدة، المعروف أنها تلعب دوراً فى تسمير الخلايا السرطانية والفيروسات. وقد أشارت هذه التحليلات إلى أن الزيادة فى معتقدات الكفاءة الذاتية كانت مصلحة للارتفاع فى أداء جهاز المناعة، كما استدل عليه من زيادة مستوى خلايا (T) (شكل ٨-٣). وهكذا، فعلى الرغم من أن تأثيرات المشقة يمكن أن تكون سلبية إلا أن نمو الكفاءة المدركة فى مواجهة الضغوط يمكن أن تكون لها خصائص تكيفية قيمة على مستوى أداء جهاز المناعة.

ولتليخيص البحث فى معتقدات الكفاءة الذاتية، فإن من الواضح أن مثل هذه المعتقدات تلعب دوراً مهماً فى حياتنا الدافعية والانفعالية، مع متضمنات مهمة لأدائنا وصحتنا. وما هو مهم تعرفه أيضاً هو التأكيد المعرفى الاجتماعى لمعتقدات الكفاءة الذاتية النوعية كمقابل للمعتقدات المعممة^(٢) ذات الطبيعة المشابهة للسمة. ومن ثم لم يتجه بالندوراً أبداً نحو تطوير استبيان لقياس الكفاءة الذاتية. فمع أنه يقبل قيمة التقرير الذاتى^(٣) كمقياس للكفاءة الذاتية، إلا أن الجهد البحثى يتركز على المواقف التجريبية التى تتوفر فيها بالفعل فروق فردية فى معتقدات الكفاءة الذاتية المتعاقبة، أو قد يقوم المجرى بمعالجتها بحسب طبيعة التجربة.

Phobia (١)
Generalized Beliefs (٢)
Self Report (٣)



شكل [٨-٣] التغيرات في خلايا (T) المساعدة أثناء التعرض لمواقف الخوف أثناء اكتساب كفاءة تعايش مدركة وبعد تطورها لأعلى مستوى. وتشير النتائج إلى أن الكفاءة الذاتية المدركة أثناء فترات المشقة كانت مصحوبة لتحسن الأداء الوظيفي لجهاز المناعة (متمثلة في زيادة خلايا (T) المساعدة).

المصدر: *From "Impact of Perceived Self-Efficacy in Coping with Stressors in Components of the Immune System" by S. A. Wiedenfeld et al., 1990, Journal of Personality and Social Psychology, 59, p. 1689. Copyright 1990 by the American Psychological Association. Adapted by permission*

نظرية التحكم لكارفر وشاير، والوعي بالذات الخاصة^(١) مقابل الذات العنصرية^(٢) طور كارفر وشاير (Carver and Scheier, 1981, 1990, 2000) نموذجاً للأداء الإنساني (بموجب تحكم)^(٣) يستخدم مبادئ أنساق التحكم^(٤). ويشدد

Private Self-Consciousness (١)

Public Self-Consciousness (٢)

Control Model (٣)

Control Systems Model (٤)

على الفروق الفردية. وذلك فيما يحصن الدرجة التي ينته بها الأفراد للأوجه الخاصة للذات في مفاصل حواسها العنسية. ويمكن فهم أساسيات نموذج أساق التحكم لتنظيم الذات^(١) الخاص بكارفر وشاير، من خلال التفكير في ترموسات الحجرة، وهو الحمار المتحكم اليا في تنظيم حرارة الحجرة، حيث يضبط الترموسات عند درجة حرارة مرغوبة للحجرة، بحيث يمكن اعتبارها نقطة الارتكاز أو المعيار. ويتم تقويم حرارة الغرفة بعد ذلك وإذا كانت أقل من المستوى المرغوب، يتم تشغيل المدفأة أما إذا كانت الحرارة أعلى من المعيار يتم تشغيل مبرد الهواء. ويعمل الترموسات بطريقة مستمرة لتنظيم الحرارة، محافطاً عليها في المستوى أو المعيار الذي وضعه الشخص.

وبطريقة مشابهة، يفترض كارفر وشاير أنه يمكننا تناول الطرق التي من خلالها يضع الأفراد المعايير، ثم يختبرون إلى أي مدى يقابلون المعايير الموضوعية. فإذا كان المعيار يُدرك على أنه عالٍ عن الحد، فإن الشخصية ستكون في وضع حركة لتقليل التباين بين المستوى المعياري والمستوى المدرك. فمثلاً، إذا لم نود طبقاً للمعيار الذي وضعناه لأنفسنا، فإن الدافعية والجهد سُنحرَّكان لخفض حجم التباين. وهذه عملية مستمرة، تماماً مثلما يعمل ترموسات الحجرة. بالإضافة إلى ذلك فإنه ربما يكون لكل فرد كثير من مثل هذه المعايير ومستويات التحكم، وهذه تترتب بشكل هرمي، حيث إن بعض المعايير ومستويات التحكم تعلو بعضها الآخر أو تفوقه أهمية وتأثيراً.

ويمكن أن تدخل الفروق الفردية داخل النسق بعدة طرق. فقد يتباين الأفراد في مستويات وأنواع التحكم المتضمنة في نسق تنظيم الذات الخاص بهم. ومتغير الفروق الفردية الذي يشدد عليه كارفر وشاير هو تركيز انشاء الذات على الحاصل في مفاصل العام. ففي مرحلة مبكرة من هذا البحث، ساقفة على تطوير نموذج التحكم، تم تطوير

مقياس لقياس الفروق الفردية في الوعي الخاص والعلنى - مقياس الوعي بالذات^(١)
(Fenigstien, Scheier & Buss, 1975). يتكون هذا المقياس من عشرة بنود
تقيس الوعي بالذات الخاصة وسبعة بنود تقيس الوعي بالذات العلنية، وستة بنود
تقيس القلق الاجتماعى. ويعرض الجدول [٢-٨] بنوداً توضيحية من هذا المقياس.

جدول [٢-٨]

بنود توضيحية في مقياس الوعي بالذات

القلق الاجتماعى	الوعي بالذات الخاصة
١- أستغرق وقتاً كبيراً لتجاوز خلجى	١- أحاول دائماً فهم نفسى.
في المواقف الجديدة.	٢- أتأمل فى نفسى كثيراً.
٢- أرتك بسهولة متديدة.	٣- أنا بشكل عام مهتم بمشاعرى
٣- الجماعات الكبيرة تجعلنى عصبياً.	الداخلىة.
	٤- أختبر دوافعى بشكل مستمر.
	الوعي بالذات العلنية
	١ أنا مهتم عادة بترك انطباع جيد.
	٢- أنا مهتم بما يعتقدّه الآخرين عنى.
	٣- أنا واع ذاتياً بالطريقة التى أبود
	عليها.

المصدر :

Source: "Public and Private Self-Consciousness: Assessment and Theory"
by A. Fenigstein, M. F. Scheier, and A. H. Buss, 1975, *Journal of*
Consulting & Clinical Psychology 43, p 524.

وكما تقتصر البنود، ينظر الأفراد المرتفعون في الوعي بالذات الخاصة
داخل أنفسهم ويهتمون بمشاعرهم ورغباتهم ومعاييرهم. أما الأفراد المرتفعون في

Self-Consciousness Scale^(١)

الوعي بالذات العلنية فيهتمون أكثر بما يعتقد الآخرون عنهم، والذات النسي يقيمونها للآخرين، وللمعايير الخارجية. أما الأفراد المرتفعون في القلق الاجتماعي فيميلون للارتباك والقلق بسهولة في المواقف الاجتماعية.

فما تضمينات زيادة الاهتمام بالذات الخاصة عن الذات العلنية؟ يميل الأفراد المرتفعون في الوعي بالذات الخاصة إلى الشدة في المشاعر، وهم أكثر وضوحاً في مشاعرهم من الأفراد المنخفضين في الوعي بالذات العلنية. كما أنهم يميلون للاتفاق بين تقاريرهم الذاتية عن سلوكهم وسلوكهم الفعلي، كما أن لديهم مفاهيم أكثر ارتفاعاً عن ذواتهم من الأفراد المنخفضين في الوعي بالذات الخاصة (A. H. Buss, 1985; Nasby, 1980). بينما يميل الأفراد المرتفعون في الوعي بالذات العلنية إلى الحساسية وسرعة الاستجابة لهاديات الآخرين فإذا رفضوا من قبل الآخرين فمن المحتمل أن يشعروا بالأذى ولن يغيروا رؤاهم المعلنة لتتفق مع المعيار العام المنكر، ويرجح أن يكون الأفراد المنخفضين في هذه السمة أقل تأثراً بردود فعل الآخرين وأقل تعبيراً لرؤاهم المعلنة لتتفق مع المعيار الخارجي.

وبالطبع، يمكن للمناسبات أن تجعل أيًا منا يحول انتباهه تجاه ذاتنا الخاصة أو العلنية. فكوني وحيداً، مثلاً، يمكن أن يحولني تجاه الاستبطان وذاتي الخاصة. كما أن الحث أمام جمهور أو الوقوف أمام كاميرا تصوير يوحي انتباهنا ناحية ذاتنا العلنية. وعلى الرغم من ذلك، يفترض كارفر وشاير أن الأفراد يختلفون في مدى حساسيتهم لهذه المثيرات، فالأفراد المرتفعون في الوعي بالذات الخاصة يكونون أكثر حساسية للذات الخاصة، بينما يكون الأفراد المرتفعون في الوعي بالذات العلنية أكثر حساسية للذات العلنية. وهكذا، توجد الفروق الفردية في التركيز العادي للانتباه، وفي الحساسية للمثيرات التي تؤدي إلى وجهة أو أخرى من تركيز الانتباه. وفي الحالتين يُدفع الأفراد لملاحظة سلوكهم بالنسبة إلى معيار. ومع ذلك، فإن بؤرة الانتباه للأوجه الخاصة للذات، كمقابل للأوجه العلنية، تختلف في الحالتين.

نظرية موجّهات الذات^(١) لهجين

لقد طور إ. تورى هجين E. Tory Higgins نظرية عن موجّهات الذات تُعد النموذج الأقرب من أى نموذج آخر لتكامل الرؤى المعرفية الاجتماعية، ورؤى العلاقة بالموضوع عن الذات (Higgins, 1987, 1989, 1997, 2000; Strauman & Higgins, 1993). ووفقاً لهجين، تمثل موجّهات الذات معايير للأفراد ليحققوها. وهى، مثل أى مخطط آخر للذات، بناءات معرفية تؤثر على الطريقة التى تعالج بها المعلومات. ويُعد المفهوم مشابهاً لمفهوم النوات الممكنة الذى تناولناه فيما سبق من هذا الفصل. ولأن موجّهات الذات تستخدم كثيراً؛ فإنها تأخذ شكل التكوينات متكررة الاستخدام^(٢) - وهى المخططات الجاهزة التى يتم تشيبتها بأقل معلومات (الفصل السابع). وهى بذلك ربما تكون أيضاً آلية ولا شعورية؛ بمعنى أن الأفراد ربما يستخدمونها بشكل ألى وهم غير واعين بالمخطط الذى يستخدمونه.

فى ضوء هذا النقاش، يبدو مفهوم موجّهات الذات لهجين يوضح جزءاً من الرؤية المعرفية الاجتماعية التقليدية. فهناك تأكيد خاص على المعايير الذاتية^(٣)، إلا أن من الواضح أنه تأكيد معرفى اجتماعى. إلا أن هجين يشدد أيضاً على المكون - القوى - الارتقائى والوجدانى - الدافعى لنظريته. فمن منظور ارتقائى، يقترح هجين أن موجّهات الذات تنتج عن حيرت التعلم الاجتماعى المبكرة، التى تصاحب المترنبات الانفعالية الناتجة عن النجاح فى التوافق مع المعايير أو عن الفشل فى ذلك. وهناك نوعان من موجّهات الذات لهما أهمية خاصة فى هذا السياق - الذات المثالية^(٤) والذات الواجبة^(٥). تمثل الذات المثالية الخصائص التى نود امتلاكها

Self-Guides (١)

Chronically Accessible Construct (٢)

Self Standards (٣)

Ideal-Self (٤)

Ought-Self (٥)

مثالاً، أى الخصائص التى يتوقعها الآخرون المهيئون منا والتى نتوقعها من أنفسنا. وتمثل الذات الواجبة الحصال التى نشعر بأن علينا أن نحظى بها، أى الواجبات^(١) والمسؤوليات^(٢) والالتزامات^(٣) التى يلزمنا الآخرون بها والتى نلزم بها أنفسنا. وترتبط الذات المثالية بالنتائج الإيجابية وتشتق من الوجدان الإيجابى المصاحب لتحقيق المعايير التى وضعها المهيئون فى البيئة المبكرة للفرد وترتبط الذات الواجبة بالنتائج السلبية وتشتق من الوجدان السلبى المصاحب لعدم إنجاز الواجبات والمسؤوليات التى وضعها المهيئون فى البيئة المبكرة للفرد.

ووفقاً لنظرية تباين الذات لهيجز، فإننا مدفوعون لخفض التباين بين كيف نرى أنفسنا بالفعل وبين ما نود أن نكون بشكل متالى (تباينات الذات الفعلية - الذات المثالية) وبين كيف نرى أنفسنا بالفعل وكيف يجب أن نكون (تباينات الذات الفعلية - الذات الواجبة). والسبب فى ذلك هو أننا فى تفاعلاتنا المبكرة نشعر بوجودنا إيجابى مع تحقيق هذه المعايير المثالية والواجبة ووجدان سلبى مع عدم تحقيقها.

وفى بحثه عن موجّهات الذات، يستخدم هيجز "استبيان الذات"^(٤). حيث يطلب من المبحوثين وضع قائمة من السمات والخصال التى تصف كل حالة من بين عدد من حالات الذات^(٥) مثل الذات الفعلية، والذات المثالية، والذات الواجبة. ويقدر المبحوثون أيضاً الحد الأقصى الذى تنطبق عنده كل خاصية على حالة معينة من حالات الذات. ومن المهم ملاحظة أن المبحوثين يبتكرون هذه الخصائص بدلاً من استئجارها من بعض الفوائم. ويتم ذلك لضمان اختيار هذه الخصائص الذى تعد مهمة ومثابة للنسبة لمبحوث معين. ويتم حساب التباينات بين حالات الذات بعد ذلك فى ضوء الفروق بين الخصائص المصاحبة للذات والخصائص المصاحبة

-
- Duties (١)
Responsibilities (٢)
Obligations (٣)
Selves Questionnaire (٤)
Self -States (٥)

لموجهات الذات - (AI)^(١) أى العرق بين الفعلية-المثالية، والتباين بين الفعلية والواحدة^(٢) (AO). فمثلاً ربما يضع المبحوث "نكى" فى قائمة الذات المثالية، "وعسى" فى قائمة الذات الواقعية، بما يؤدى إلى التزاوج غير الملائم أو المتباين فى هذه الخاصية.

ويشير البحث إلى أن لهذه التباينات متضمنات ابعالية مهمة ومختلفة. حيث تكون التباينات بين الذات الفعلية والمثالية (AI) مصاحبة للحزن وخيبة الأمل وعدم الرضا، بينما يصاحب التباينات بين الذات الفعلية والواحدة (AO) قلق وانزعاج وقلق^(٣). وفى الحالة الأولى (التباين بين الذات الفعلية والمثالية)، يكون الفرد عرضة للحزن بسبب افتقاد النتائج الإيجابية، حيث لم تتحقق الآمال أو الأمنيات أو المثاليات. أما فى الحالة الثانية فيكون الشخص عرضة للقلق بسبب التهديد بالعقاب بسبب العشل فى تحقيق الالتزامات. وعلى الرغم من أن كليهما نتائج سلبية، إلا أن الطبيعة الخاصة للنتيجة، فى ظل تباين موجه الذات، هى ما يحدد الطبيعة النوعية للعاقبة الانفعالية. وهناك نتيجة أوجت بها العلاقة بين الكفاءة الذاتية المنخفضة والأداء الفقير لجهاز المناعة، حيث وجدت علاقة بين تنشيط تباينات الذات الفعلية والمثالية، وكذلك تباينات الذات الفعلية والواحدة من ناحية؛ والأداء الفقير لجهاز المناعة من ناحية أخرى. وعلى عكس ذلك، يفترض أن للتقديرات الإيجابية للذات، أو للاعتبارات المتناغمة تأثيرات ملطفة لآثار المشقة، ومن ثم محسنة للمناعة (Strauman, Lemieux & Coe, 1993).

ثمة وجه آخر لهذا المسار البحثي، وهو استخدام ما يسمى إجراءات الشد^(٤) لتنشيط موجهات ذات معينة أو لتنشيط تباينات بين الذات الفعلية وموجهات الذات. وفى واحدة من الدراسات التوضيحية، أجاب المبحوثون على استبيان السدوات. وعلى أساس هذه البيانات، تشكلت مجموعات من المبحوثين - إحداهما مرتفعة

(١) Actual-Ideal

(٢) Actual-Ought

(٣) Agitation

(٤) Priming Procedures

أساس هذه البيانات، تشكلت مجموعتان من المبحوثين - إحداهما مرتفعة على درجة التباين بين الذات الفعلية وكل من الذات المثالية والواجبة، والأخرى منخفضة في هذه الدرجات. وقد طلب من المبحوثين في كلا المجموعتين ملء استبيان عن المزاج يتضمن انفعالات هموم (مثل، حزين، محبط) وانفعالات قلقلة (مثل، متوتر، وعصبي). ويحدد المبحوثون إلى أي مدى يشعرون بكل انفعال من انفعالات الاستبيان. ثم تم تحديد نصف الأعضاء من كل جماعة ليتم شحذهم بطرف شاخص مثالي، والنصف الآخر ليتم شحذهم بطرف شاخص واجب. وفي الطرف الشاخص المثالي، طلب من المبحوثين وصف الخصائص التي تمنوا هم والداهم أن يتسموا بها، والتغيرات التي حدثت عبر السنوات في هذه الأمنيات والأهداف. وفي الطرف الشاخص الواجب، طلب من المبحوثين وصف الخصائص التي اعتقدوا هم والدوهم أنه من الواجب عليهم والمزم لهم أن يتسموا بها، والتغيرات التي حدثت عبر الزمن في هذه المعتقدات. وقد استخدمت هذه الظروف الشاحذة لتوضيح موجهات الذات المثالية والواجبة أو لإحضارها في بؤرة الانتباه، وبالتالي الانتباه للتباينات بين رؤيتهم للذات الفعلية وموجهات الذات. وبعد ذلك ملأ المبحوثون استبيان للمزاج مرة أخرى.

فهل سيؤدي الشحذ إلى تغير في المزاج؟ وهل يختلف التغيرات بالنسبة للمبحوثين في المجموعتين؟ كان التوقع أن المبحوثين المرتفعين في كلا النوعين من تباينات الذات سوف يشعرون بزيادة في المزاج السلبي نتيجة للشحذ، في حين أن الحالة لن تكون هكذا بالنسبة للمبحوثين المنخفضين في التباينات. بل إن مثل هؤلاء المبحوثين ربما يشعرون بتحسين نتيجة للتركيز على الأهداف التي حققوها. كذلك كان هناك تنبؤ أكثر تحديداً وهو أن الأثر سيختص بالتباين الذي تم شحذه بإجراءات الشحذ: فترداد الهموم مع شحذ الموجهات المثالية، وتزداد القلقلة مع شحذ موجهات الواجب. وبالفعل، اتفقا مع التوقعات، زاد الشحذ المثالي من الهموم عند الأفراد ذوي التباينات المرتفعة، ولم يفعل عند ذوي التباينات المنخفضة، كما زاد شحذ

جدول (٨-٣)

متوسط التغير في انفعالات الغم^(١) وانفعالات التهيج^(٢)

كدالة لمستوى تباينات الذات ونوع الشد^(٣).

تشير النتائج إلى أن الأولوية المثالية قد زادت من الهم بين المبحوثين المرتفعين في التباينات دون المبحوثين المنخفضين في التباين. بينما زادت الأولوية الواجبة من الفلقة بين المبحوثين المرتفعين في التباين دون المنخفضين فيه.

شد واجب		شد مثالي		مستوى التباينات في الذات
انفعالات	انفعالات	انفعالات	انفعالات	
تهيج	غم	تهيج	غم	
٥١	٠,٩	٠,٨-	٣,٢	تباينات مرتفعة بين الذات الفعلية وكل من الذات المثالية والواجبة
٢,٦-	٠,٣	٩٠	١,٢-	تباينات منخفضة بين الذات الفعلية وكل من الذات المثالية والواجبة

لاحظ أن كل ٨ انفعالات هم، ٨ انفعالات قلقة تم قياسها على مقياس من ٦ نقاط تتراوح من لا على الإطلاق إلى درجة كبيرة. فكل زاد الرقم (الإيجابي) قلب الراحة.
المصدر:

"Self Discrepancy: A Theory Relating Self and Affect" by E. T. Higgins, 1987, *Psychological Review* 94, p. 329 Copyright 1987 by the American Psychological Association. Reprinted by permission.

Dejection (١)

Agitation (٢)

Prims (٣)

الواجب من القلقة عند ذوى التباينات المرتفعة ولم يفعل مع أصحاب التباينات المنخفضة (Higgins, Bond, Klein & Strauman, 1986). ويشار إلى هذه النتائج فى جدول [٨-٣] وتوضح كيف أن أمزجة الهم والقلق يمكن أن تتأثر بالسياقات اللحظية، إذا كان لدى الشخص موجه تباين ذاتى متعلق. هكذا يفترض أن الأفراد ذوى التباينات بين ذواتهم وموجهات ذواتهم يشعرون بأمزجة سلبية، سواء بسبب تأملاتهم الداخلية الخاصة، أو بسبب أحداث موقفية معينة تجعل هذه التباينات أقرب لمتناول الانتباه.

وعلى الرغم من أن كل الأطفال يتعلمون موجهات الذات المثالية والواجبة، فقد وجد أن الخصائص المحددة للموجهات وقوتها الانفعالية، وكذلك حجم التباينات بين الذات الفعلية وكل من الذات المثالية والواجبة تختلف من شخص إلى آخر. لقد وجد أن الأطفال الأوائل فى ترتيب الولادة فى الأسر، وبسبب توجيههم المتميز تجاه المعايير الوالدية، يكونون أكثر اهتماماً بمعايير الآخرين، كما أن تباينات ذواتهم الفعلية عن كل من الذات المثالية والواجبة ترتبط بكرب انفعالى أكبر من ذلك الذى نجده لدى الأطفال المولودين متأخرًا فى ترتيب الإخوة (Newman, Higgins & Vookler, 1992).

وقد حاولت دراسة حديثة ربط موجهات الذات بذكريات الطفولة والاستهداف للكرب الانفعالى^(١) (Strauman, 1992a, 1992b). فمثلاً، هل ترتبط التباينات الخاصة بموجهات الذات بأنواع معينة من ذكريات المسير الذاتية^(٢) متفاقاً مع ما تتنبأ به النظرية، أن الأفراد ذوى التباين بين الذات الفعلية والمثالية يسترجعون ذكريات الطفولة التى تصم محتويات تكده^(٣) فى حين أن الأفراد ذوى التباين بين الذات الفعلية والواجبة يسترجعون ذكريات تصم محتويات قلقة^(٤). مرة أخرى، فى

Vulnerability To Emotional Distress (١)

Autobiographical Memories (٢)

Dysphoric (٣)

Anxious (٤)

حين أن النوعين كليهما من التباينات تصاحبها ما ذكريات طفولة تنطوى على وجدان سلبي، إلا أن الطبيعة النوعية للوحدان تختلف بين أعضاء كل من المجموعتين. وفي جانب آخر من هذا البحث تم تتبع مبعوثين عبر فترة ثلاث سنوات. وقد وجد دليل على استقرار الخصائص التي عزاها الأفراد لذواتهم، وكذلك على استقرار حجم التباينات بين موجهات الذات والذات.

وامتد كارفر وشاير (Carver & Scheier, 1998) بنموذجهم في التحكم إلى محال الانفعال، مفترضين أن الانفعالات التي نخبها تكون مصاحبة لمدى قربنا لكل من النهايات الإيجابية والسلبية. مثل هذه النهايات الإيجابية والسلبية يمكن أن تكون مصاحبة لمختلف معاهيم الذات. وبهذه الطريقة، فإن نموذجها يشبه نظرية التباين الذاتي لهجن. ففي بحث متعلق بذلك، اختبر الباحثان أهمية مفهوم الذات المروية^(١) - هذا النمط من الأشخاص الذي يخشى المرء أو يرهب من أن يكونه (Carver, Lawrence & Scheier, 1999). وتعد الذات المروية نوعاً آخر من موجهات الذات أو الذات للممكنة. وهي تمثل ذللاً ممكنة في المستقبل يتمنى المرء ألا يكونها أبداً (Ogilvie, 1987). وقد وجد أن التباينات عن الذات الخائفة مهمة بشكل خاص في علاقتها بانفعالات القلق والشعور بالذنب - كلما رأينا الذات قريبة من الذات المروية تعاطت مشاعر القلق والذنب. وقد تضمن هذا البحث أيضاً تعاملات مع تباينات الذات عن الذات الواحة والمثالية. وقد أيد البحث بشكل عام نتائج هجن إلا أنه افترض أيضاً أن الانفعال المعيش يعكس التفاعلات المتبادلة بين التباينات عن مختلف الذات الممكنة.

تفترض الدلائل المتاحة حتى الآن صورة عن موجهات الذات بوصفها أبنية معرفية مهمة تؤثر على معالجتنا للمعلومات وعلى أدائنا الانفعالي والدافعي. ويعتمد تكبير هذا التأثير على عوامل مثل أهمية موجه الذات المتعلق بها وحجم التباين بينه

وبين الذات (Boldero & Francis, 2000; Higgins, 1999). ويُعد المكون المعرفي الاجتماعي واضحاً في التأكيد على النظر للذات وموجهات الذات بوصفها أبنية معرفية. ومع ذلك، يمكننا أيضاً رؤية مكون نظرية العلاقة بالموضوع في ظل التأكيد على الخبرات الوجدانية المبكرة والوجدان القوي المصاحب لتمثيلات الذات وموجهات الذات التي ترتقي أثناء السنوات المبكرة. كما أن تأكيد الاضطرابات النفسية المرتبطة على هذه التباينات يتفق أيضاً مع نظرية العلاقة بالموضوع، ويتناسب كذلك مع تأكيد روجرز على أهمية التباينات بين الذات والذات المثالية. ومع ذلك؛ فإن التأكيد على لاشعورية تمثيلات الذات، وعلى لاشعورية موجهات الذات يعد أقل مما هو عليه في نظرية العلاقة بالموضوع. أما بالنسبة لروجرز؛ فالفرق يكمن في إطار العمل "المعرفي الاجتماعي" الذي قُدمت داخله النظرية والإجراءات التجريبية المصاحبة لها.

تقدير الذات

مررنا على مفهوم تقدير الذات عدداً من المرات على مدار هذا الفصل. حيث يرتبط مفهوم تقدير الذات باستحقاق الذات أو إيجابية المشاعر عن الذات (Baumeister, 1998). فكما حدث مع مفهوم الذات، ارتفع وانخفض الاهتمام بمفهوم تقدير الذات تاريخياً. وقد أُثيرت أسئلة شبيهة تتعلق به: هل هناك تقدير ذات كلي أم مجالات من تقدير الذات محددة بالسياق؟ هل تقدير الذات حالة أم سمة؟ كيف يمكن للمرء قياس تقدير الذات؟ هل يمكن أن تكون هناك أوجه لاشعورية من تقدير الذات لدى الفرد؟

في وقتنا الحالي يبدو أن هناك نمواً مطرداً في الاهتمام بمفهوم تقدير الذات. فكما لاحظنا في بدايات الفصل، تحرى دراسات عن الجهور المبذولة للحفاظ على تقدير الذات (Terrer, 2001). وكذلك عن الجهود المبذولة لتحقيق رؤى تقدير الذات المنخفض (Heunpel, Wood, Marshall & Brown, 2002). كما تم

ربط تقدير الذات المنخفض بالاكئاب. وليس من المدهش أن يبدو للحساسية للرفض من قبل الآخرين دور مهم في مشاعر استحقاق الذات (Ayduk, et al , 2000). وكما لاحظنا في الفصل الرابع، تفتقر البحوث أن يرى الأفراد أن حاجتهم لتقدير الذات من أهم الأشياء بالنسبة للرضا عن الحياة (Sheldon, Elliot, Kim, & Karrer, 2001).

وقد تم تطوير تنوع من المقاييس لقياس تقدير الذات، إلا أن أكثرها استخداماً هو مقياس روزنبرج لتقدير الذات^(١) (Rosenberg, 1965)، وهو عبارة عن عشرة بنود تقرير ذاتي (مثال: أنا راضٍ عن نفسي، بشكل عام). وحديثاً تم تطوير مقياس مكون من بند واحد لقياس تقدير الذات (Robins, Hendin & Trzesniewski, 2001). حيث يجيب الأفراد السؤال التالي: "لدى تقدير ذات مرتفع"، فيضعون لأنفسهم درجة على مدرج من خمس درجات. وقد وجد أن الاستجابات على هذا البند ترتبط بقوة بالاستجابات على مقياس روزنبرج الأطول لقياس تقدير الذات، وكانت الاستجابات مستقرة على مدى السنوات الأربعة الدراسية بالجامعة. وقد وجد أن الاستجابات ارتبطت بسمات مثل الانبساط، وحساسية الضمير، والعصابية (ارتباط سلبي)، وارتبطت كذلك بمقاييس الراحة النفسية والبدنية (مثل الرضا عن الحياة، والوجدان الإيجابي، والكفاءة البدنية). وقد ارتبط تقدير الذات الكلي بتقويمات الذات^(٢) في مجالات المهارات الاجتماعية، والقدرة العقلية، والجاذبية الجسمية. ومع ذلك، أشار حجم الارتباطات إلى خصوصية للمجالات ينبغي أن توضع في الحسبان هكذا يبدو أن لتقدير الذات طبيعة عامة وتحصصاً نوعياً. وقد وجد أن تقدير الذات لا يرتبط بدرجات امتحان التأهيل لدخول الجامعة (SAT)، والأداء الأكاديمي الجامعي، والحالة الاقتصادية. وقد لاحظ الباحثون الذين طوروا مقياس البند الواحد أنه كان حساساً

Rosenberg Self-Esteem Scale (١)

Self-Evaluations (٢)

للاستجابة بشكل مرغوب اجتماعيًا، خاصةً التعزيز المزيف للذات^(١). لذلك، فقد أشاروا إلى أنه لو أراد الفرد قياس المشاعر المستقرة بعمق^(٢) لاستحقاق الذات، فسوف يُستخدم مقياس آخر. يكرنا هذا بأهمية السؤال الحاص بالأوجه الضمنية أو اللاشعورية لتقدير الذات، وللذات بصفة عامة حيث يشتمل تقدير الذات الضمني^(٣) على أحكام تقويمية عن الذات. ومثل هذه التقويمات يكرر أن تكون لاشعورية (دفاعية) من منطلق تحليلي أو (آلية) من منطلق معرفي اجتماعي (الفصل السابع). ففي دراسة عن تقدير الذات الضمني، تم قياس مفاهيم الذات الصريحة لدى الفرد من خلال مقياس تقدير الذات لروزبرج، ومفاهيم الذات الضمنية من خلال اختبار الترابط الضمني^(٤) (Greenwald & Farnham, 2000). حيث يفترض هذا الاختبار أن السرعة التي يستجيب بها الفرد للترابط بين يدين تُعد مؤشرًا لقوة هذا الترابط. فمثلًا، في أوراق اللعب، سيمستجيب الفرد للمزاوجة بين ورقة دلت رسمة قلب مع اللون الأحمر أسرع مما سيفعل مع اللون الأسود. هكذا يمارس اختبار الترابط الضمني السرعة التي يستجيب الأفراد بها لمصطلحات إيجابية ومصطلحات سلبية في تزاوجها مع الذات. فكلما ازدادت سرعة الاستجابة للبنود الإيجابية بالمقارنة بالبنود السلبية، ازدادت إيجابية تقدير الذات الضمني. وقد وجد أن الارتباط بين درجات مقياس تقدير الذات الصريحة والضمنية كان ضعيفًا. بالإضافة إلى ذلك، وجد أن تقدير الذات الضمني يُعد مبدئيًا أفضل بالمزاج السلبي هي الاستجابة للمردود المهدد. وقد أكدت هذه النتائج نتائج البحث المبكر الذي وجد فيه أن تفسير الذات الضمني قد تنبأ بالقلق. بينما لم يتنبأ به تقدير الذات الصريح (Spalding & Hardin, 1999).

لقد أشارت دراسات متنوعة إلى فائدة التمييز بين تقدير الذات الصريح،

Self-Deceptive Enhancement (١)

Deep-Seated Feelings (٢)

Implicit Self Esteem (٣)

Implicit Association Test (IAT) (٤)

الشعوري وتقدير الذات الصمى، اللاشعوري. فمثلاً، بالإضافة إلى النتائج السابقة، وجد أن تقدير الذات الصمى -لا الصريح- يتنبأ باستخدام الأحكام الحادمة للذات^(١) التالية للفشل (Pelham & Hetts, 1999). كما وجد أن ارتفاع تقدير الذات الصريح مع انخفاض تقدير الذات الصمى يصاحب النرجسية والاستهداف للانتفاخ فى تقدير الذات بصعوبة عامة (Bosson & Swann, 1998; Smith, 2000). أخيراً، وجد أن مقاييس تقدير الذات الصمى حساسة للأفكار الآلية السلبية لدى الأفراد ذوى التاريخ المرضى مع الاكتئاب (Gemar, Segal, Sagrati & Kennedy, 2000). باختصار، كما تفترض مراجعة حديثة^(٢) لا تُعد دراسة تقدير الذات الصريح وحده كافيةً أبداً، إذا كنا مستعدين لفهم تام لمجال السمات والسلوكيات المرتبطة بتقدير الذات^(٣) (Bosson, Swann & Penebaker, 2000, p. 632). وفى الوقت نفسه نرصد هذه المراجعة أن المقاييس المتنوعة لتقدير الذات الصمى لا ترتبط بشدة ببعضها، كما يبدو أنها حساسة للسياق الذى يتم تطبيقها فيه. إذن، فهذه منطقة ما زالت مفتوحة للبحث.

قبل أن نترك مفهوم تقدير الذات، ربما يكون من المفيد العودة إلى الأسئلة التى أثّرت فى مقدمة هذا الجزء: هل يبدو تقدير الذات سمة أم حالة، كلياً إجمالياً أم محدداً بالسياق؟ نذكر أنه فى مناقشة مقاييس تقدير الذات هناك إشارات لكل من تقدير الذات الكلى والمحدد بالسياق فى الوقت نفسه. وهذه مشكلة تناولها كروكر وولف (Crocker and Wolfe, 2000) اللذان يلاحظان ميلاً فى التراث البحثى لمعالجة تقدير الذات إما كمفهوم كلى أو محدد بالسياق، إما كسمة أو كحالة. وكانت وجهة نظرهما الخاصة هى أن تقدير الذات يشير إلى حكم إجمالى باستحقاق الذات. ومع ذلك، فقد افترضنا أيضاً أن مثل هذا التقدير الكلى للذات له خصائص كل مر السمة والحالة، بمعنى أن للأفراد مستوى نموذجياً أو متوسطاً (سمة) مر تقدير

(١) Self-Serving Judgment

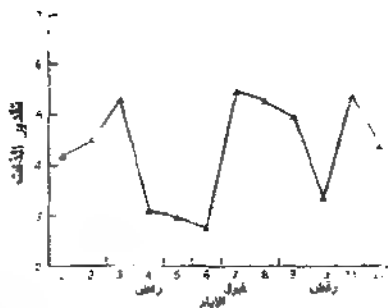
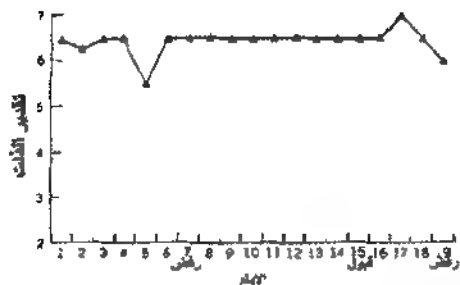
الذات ومساويات مؤقتة أو حالات تدور حول هذا المستوى النموذجي. كذلك بالنسبة للتقويمات- النوعية للذات، فلها خصائص مثل السمة وخصائص مثل الحالة. فمثلاً، يمكن أن يشعر المرء أنه جيد في الرياضة بشكل عام وأنه مصححك، ولكنه اليوم في حالة سيئة.

أشار كروكر وولف إلى أن السؤال المهم التالي يصبح: أي مجالات تقويم الذات تُعد مهمة بصفة خاصة لتقدير الذات الإجمالي للفرد. وقد عرضا افتراضاً مهماً هو:

سوف تُستمد المعلومات لأحكام الفرد عن استحقاق الذات الإجمالي فقط من تلك التقويمات للذات التي تقع في المجالات غير الأكيدة أو الشروط⁽¹⁾ التي يعتمد عليها تقديره لذاته. ويُعد شرطاً لاستحقاق الذات تلك المجال أو الفئة من النتائج التي راهن الشخص تقديره لذاته فيها، بما يجعل رؤية هذا الشخص لقيمه معتمدة على النجاحات أو الإخفاقات المدركة أو على إخلاصه لمعايير الذات في هذا المجال. ومن المحوري لنموذجنا تأكيد أن الأفراد يختلفون في شروطهم لاستحقاق الذات التي يؤسسون عليها تقديرهم لذواتهم (p. 594).

بعبارة أخرى، للأفراد تقدير ذات إجمالي، ويعتمد أثر الأحداث على أهميتها بالنسبة لشروط استحقاق ذات الشخص. فتقديرنا لذاتنا سيأثر بدرجة كبيرة بالنجاح أو الإخفاق في مجالات محورية بالنسبة لشعورنا باستحقاق ذواتنا، وسيكون أقل تأثيراً بالنجاح أو الفشل في مجالات لا تتعلق بها. يتباين الأفراد في شروطهم المتعلقة باستحقاق ذواتهم، فقد تكون قليلة أو كثيرة، سهلة أو صعبة الإرضاء. ولتوضيح ذلك على المستوى الشخصي، يمكن للمرء أن يفكر في شروطه الخاصة لاستحقاق ذاته، تلك التي تُعد محورية وتلك التي لا أهمية لها، تلك التي يشعر المرء أنه كالعبد أمامها، وتلك التي يشعر أنها أكثر معقولة.

فى الإحمال، يفترض كروكر وولف أن أثر الأحداث على المسئوبات المؤقة من تقدير الذات يعتمد على معالفا بالشروط المهمة لاستحقاق الذات. ولاحتراز هذا الغرض، قام الباحثان بدراسة سحل حلالها طلاب على وشك التخرج، متقدمون لراسات العليا، تقديرهم لدااتهم وحالتهم الوجدانية بشكل يومى. وقد تم عمل ذلك خلال فترة كانوا ينتظرون فيها سماع نتجة قبولهم أو رفضهم من قبل جهات الدراسات العليا. وقبل عملية رصد حالتهم الوجدانية وتقديرهم لدااتهم، طبق المبحوثون الطلاب مقياس مرتقيات استحقاق الذات^(١) محددين أهمية الكفاءة المدرسية بالنسبة للشروط الممكنة الأخرى المتعلقة باستحقاق الذات كالتجاح فى منافسة أو استحسان الآخرين، أو المظهر الخارجى. ووفقاً للنموذج يجب أن يصاحب القبول والرفض زيادات وانخفاضات فى تقدير الذات المرصود، وهو ما أبدته النتائج؛ فقد كان تقدير الذات أكثر ارتفاعاً فى الأيام التى أخبر فيها الطلاب أنهم مقبولين فى برامج التخرج، وأكثر انخفاضاً فى الأيام التى أخبروا فيها بالرفض. إلا أن الاختبار الأكثر حسماً للنموذج كان حول ما إذا كان طلاب التخرج الذين كانت كفاءتهم المدرسية شديدة الأهمية بالنسبة لاستحقاق الذات أكثر تأثراً بالقبول والرفض من طلاب التخرج الذين كانت كفاءتهم المدرسية أقل أهمية بالنسبة لاستحقاق الذات. وقد أبدت البيانات بوضوح الفرض الرئيسى للنموذج: إن حالة تقدير الذات تتنوع فى الاستجابة للنجاحات والإخفاقات، اعتماداً على ما يشترطه الشخص لاستحقاق ذاته. ويقدم شكل [٨-٤] رسماً بيانياً لطالبين علمى وشك التخرج، أحدهما مرتفع والآخر منخفض فى النظر للكفاءة المدرسية بوصفها شرطاً لاستحقاق الذات، حيث اختلفا فى رصدهما اليومى لتقديرات الذات كاستجابة للقبول أو الرفض من قبل برامج التخرج.



شكل [8-4] تقدير الذات اليومي لمشاركين، أحدهما منخفض (الرسم الأيسر) والآخر مرتفع في شرط للكفاءة المدرسية (الرسم الأيمن) كدالة لمواقف القبول والرفض من برامج التخرج. تشير البيانات إلى أن تقدير الذات يختلف في الاستجابة للنجاحات والإخفاقات اعتماداً على شروط استحقاق الذات لدى الشخص).

Source: "Contingencies of Self-Worth" by J. Crocker and C. T. Wolfe, 2001, Psychological Review, 108 p603. Copyright by the American Psychological Association. Reprinted by permission).

وبالنسبة لهذه النتائج، من المهم ملاحظة أنه من بين كل شروط استحقاق الذات للمقيسة، لم ترتبط إلا شروط الكفاءة المدرسية بتباينات تقدير الذات كاستجابة للقبول أو الرفض من الدراسات العليا. هذه عينة من الطلاب كان أداؤهم جميعاً جيداً في المدرسة! علاوة على ذلك، وجد أنه كلما ربط الطلاب تقديرهم لذواتهم بكونهم جيدين في المدرسة، زاد تغير وجدانهم لاستجابة للقبول أو الرفض. باختصار، كانت التغيرات شديدة في كل من تقدير الذات والوجدان لطلاب التخرج الذين كان تقديرهم لذواتهم مشروطاً بالنجاح والفشل في هذا المجال خاصة. وعلى الرغم من إدراك أهمية المستوى التمونجي أو مستوى السمة لتقدير الذات، فإن المومنين يؤكدان على أهمية تعرف شروط استحقاق الذات ومتعضات النجاح

والفشل في هذه الشروط في علاقتها بالتفراخ في تقدير الذات.

الذات وعلم الأعصاب

أنا مغرم بتوجيه سؤال إلى طلابي عند مناقشة مفهوم الذات هو: ما الشيء الواحد الذي يحب أن يتغير لكيلا تعود أنت أنت؟ ما الذي يُعرف الذات أكثر من أي شيء آخر، أي ما أكثر الأشياء جوهرية لمفهوم المرء عن ذاته؟ تتضمن الإجابات الممنوحة أفكار الفرد ومشاعره وتكرياته وأعضاء جسده. فهل يمكن للذات أن تتوضع في أي منها؟ فيها كلها؟ في مواضع تختلف باختلاف الأفراد؟

لقد كان مفهوم الذات والوعي بالذات^(١) محل اهتمام الفلاسفة على مدى العصور، كما أصبح محل اهتمام علماء الأعصاب^(٢) حديثاً. فهل يمكن أن يكون موقع الذات هو المخ؟ فكما فعل روجرز، يرفض علماء الأعصاب فكرة القزم: "العارف"^(٣) الذي يقع داخل المخ ليلاحظ ويُعرف "عر بقة الشخص. وكأنه شخص صغير بصغر حجم المخ (Damasio, 1999). ولكن إذا لم تكن القزم، فما الذات إذن؟ واحدة من الطرق التي حاول بها علماء الأعصاب إحانة هذا السؤال كانت من خلال دراسة تأثيرات عطب أجزاء محددة من المخ على الإحساس بالذات. خذ مثلاً، عطب المخ الذي ينتج عنه فقدان ذاكرة^(٤). فيما أن الإحساس بالذات يبدو معتمداً جزئياً على سيرة هذه الذات، الذات التي تعتمد على ذكريات الماضي، فماذا يحدث عندما يعاني الفرد من إصابة مخية ينتج عنها فقدان ذاكرة استرجاعي^(٥)، أو فقدان ذاكرة أحداث الماضي؟ في أحد تقارير الحالة المتعلقة بهذا الموضوع، استطاع الفرد الذي فقد ذاكرته الداخلية للأحداث السابقة على حدث الموتوسكيل الذي وقع له، والذي عانى بالتالي من تغيير في الشخصية عميق تلا

Se.f-Consciousness (١)

Neuroscientists (٢)

Knower (٣)

Amnesia (٤)

Retr>grade Amnesia (٥)

الحادث، استطاع وصف شخصيته قبل الحادث بدقة لافتة (Fulving, 1993). ولكن ماذا عن فقدان ذاكرة الماضي وشخصية الماضي للفرد؟ يُعد تقرير كلاير ولوفتس وكيلستروم (Klein, Loftus & Kihlstrom, 1996) باهرًا في هذا الصدد. حيث وجهوا السؤال التالي: هل يمكن للشخص الذي لا يستطيع استدعاء أى خبرات شخصية - وهكذا لا يمكنه معرفة كيف سلك في الماضي - أن يعرف كيف هو؟ الحالة المدروسة كانت لطالبة جامعية استمرت معها آثار ارتجاج في الدماغ كنتيجة لمعوقها، ولم يظهر مسح المخ أى علامة لاضطرابات عصبية، إلا أنها ظلت غير قادرة على استدعاء الأحداث أو الخبرات التي ترجع إلى ستة أو سبعة شهور قبل الحادث، كما كانت ذاكرتها للأحداث الشخصية الأكثر بعدًا، التي تعود إلى أربع سنوات سابقة، غير منتظمة. وقد مرت بعدد من اختبارات الذاكرة بعد خمسة أيام من الإصابة المتبقية، بما فيها اختبار للحبرات الماضية. بالإضافة إلى ذلك فقد قدرت لنفسها درجات على قائمة مكونة من ٨٠ صفة تعبر عن سمات، أو لا فيما يخص شخصيتها في المدرسة الثانوية، وثانيًا فيما يخص شخصيتها بعد دخول الجامعة. كما أعطى صديقها أيضًا شخصيتها الجامعية تقييمات من منظور. وأخيرًا، وبعد أربعة أسابيع، في الوقت التي شعيت تمامًا ذاكرتها للأحداث السابقة للسقوط، قدرت مرة أخرى شخصيتها الجامعية على قائمة الصفات المعبرة عن السمات.

يمكننا الآن توجيه عدد من الأسئلة تتعلق بقضية ذاكرة أحسنه الماضي والإحساس بالذات. أولاً: هل ستختلف التقديرات عن الذات في الجامعة في المرتين: الأولى عندما كانت تعاني من فقدان الذاكرة، والثانية التالية لشفاء الذاكرة؟ انشأت البيانات إلى اتساق كبير في وصف الذات بين الفترتين: "بما يعنى أنه على الرغم من أنها كانت تعاني من فقدان الذاكرة؛ فقد عرفت كيف كانت في الجامعة بالرغم من حقيقة أنها لم تكن تستطيع استدعاء أى شيء من زمن الجامعة" (Klein & Kihlstrom, 1998, p. 230). ثانيًا: كانت تقييماتها لذاتها وتقييمات صديقها

لها مرتبطة بشكل دال كل منهما بالآخر. بما يعنى أن هناك دليلاً على دقة كلا الوصفين للذات. ولكن هل كانت تتذكر كيف كانت فى المدرسة الثانوية وحسب، وتستخدم ذلك كأساس لوصفها الحالى للذات؟ لا يبدو الأمر كذلك، إذ اختلفت تقديراتها عن ذاتها فى الجامعة عن تقديراتها عن ذاتها فى المدرسة، وقد عرفت ذلك بالرغم من حقيقة أنها لم تستطع استدعاء الأحداث من زمن الجامعة. ومع أن هذه الحالة لم تتضمن فقداناً كاملاً لذاكرة أحداث الماضى، إلا أنه اعتماداً على البيانات وتقارير حالات أخرى كانت الخلاصة "إنك لا تحتاج إلى تذكر كيف تصرف فى الماضى لتعرف كيف أنت" (Klein & Kihlstrom, 1998, p. 231).

كما لاحظنا باكرًا فى هذا الفصل، يُعد الوعي بالجسد جزءاً مهماً من التعرف المبكر على الذات. حيث كثيراً ما تطل صورة الفرد عن جسده جزءاً معرّفاً للذات. فماذا يحدث إن، عندما يكون هناك خلل فى الأداء الوظيفى لجزء من الجسد أو بعض أوجه الأداء المعرفى؟ نحن نعرف أنه فى مثل هذه الظروف يعانى الأفراد غالباً من تهديد كبير لإحساسهم بالذات. ومع ذلك، فى ظرف يُعرف بالأموز/جنوزيا^(١)، لا يعى الشخص الخلل فى الوظيفة الجسمية. فمثلاً، قد لا يعى الشخص المشلول عجزه هذا، أو ربما يكون الشخص مشلولاً فى يده إلا أنه يعتقد بإمكان استخدامهما. وعندما يطلب منه تحريك يده ولا يستطيع، فإنه ربما يشير إلى أنه حركهما، أو إلى أن هذه اليد ليست يده وإنما يد شخص آخر. وهناك حالة مرصودة أشار فيها المريض إلى أن اليد كانت للفاحص، وعندما وضع الفاحص يد المريض بين يديه، قال المريض إن اليد للفاحص (Klein & Kihlstrom, 1998). ويبدو أن هذا مقلوب حالة الأطراف الشبحية^(٢)، حيث يقرر الشخص وجود إحساسات فى طرف غير موجود (مبتور مثلاً). بعبارة أخرى، فى الحالات

Anosognosia (١)
Phantom Limbs (٢)

محل الاهتمام بمكر أن يكون هناك رفض لكون العضو جزءاً من جسد الفرد، أكثر من رفض فكرة أن الجزء مفقود. ويبدو أن هؤلاء المرضى يحافظون على الإحساس بالذات بالرغم من كل مؤشرات التغير الدال في الأداء الوظيفي الجسدي (Feinberg, 2001). ولا يبدو ذلك بسبب آلية الإنكار الدفاعية النفسية، بل بالأحرى بسبب اضطراب ما في عمل المخ.

ربما ما يمثّل ظرف يُعرف بالبروزوباجنوزيا^(١) مزيداً من التحدي لفهمنا للذات؛ حيث يكون الشخص عاجزاً عن التعرف على الأوجه، بما فيها وجهه في المرأة (Feinberg, 2001; Klien & Kihlstrom, 1998). ومع ذلك، فإن المرضى المصابين بهذا الخلل يستجيبون انفعالياً وفسولوجياً عندما ينظرون لوجه مألوف، مما يمكن أن يطلق عليه التعرف اللاشعوري أو الضمني على الوجه. هؤلاء يمكنهم وصف خصائص وجه ما؛ ولكنهم لا يعترفون الشخص صاحب الوجه. فإذا نظر أحدهم لوجهه في المرأة ربما حنق كما لو كان يتساءل عن هذا الذي ينظر إليه. أو إذا رأى وجهه منعكساً على سطح زجاج كالباقدة مثلاً، تعجب من ذلك الشخص الذي يتبعه. ما إحساسهم بالذات إذا كانوا لا يستطيعون التعرف على أنفسهم في المرأة، هذا الذي يعده البعض القياس التقليدي للذات؟

إن الشخص الذي يكتشف الأماس العصبي للوعي والوعي بالذات سينال بلا شك جائزة نوبل. إن كل حالة مما تناولنا - فقدان ذاكرة، أنوراجنوزيا، بروزوباجنوزيا - تتضمن بعض الاضطراب في عمل المخ. يمكن تحديد جزء معين معطوب في المخ في بعض الحالات، ولا يمكن ذلك في حالات أخرى. بالإضافة إلى مثل هذه الحالات، يستخدم الجهد البحثي الجاري عن الأماس العصبي للذات قياسات نشاط المخ أثناء التفكير المتعلق بالذات (Craik et al, 1999). وحتى وقتنا هذا لا يمكن تحديد موضع للذات في أي جزء من المخ. والواقع أن الاعتقاد

(١) Prosopagnosia

هو أن الذات تعكس أداءً وظنفيًا متكاملًا لعدد من أجزاء المخ (Damasio, 1994, 1999). وبدلاً من فكرة القزم؛ فإن الذات ترى كتعبير عن عمل عدد من الأبنية المخية. ولكن يظل من غير المحدد أي الأبنية يُعد جوهريًا لأي أوجه الوعي بالذات؛ أو لأي من أدائها. هكذا فإن السؤال عن كيفية اجتماع أداءات هذه الأبنية لإنتاج هذه الظاهرة المتميزة جدًا يظل في حاجة لإجابة. فالأساس العصبي للذات لم يتحدد بعد.

الثقافة والذات

هل مفهوم الذات عالمي؟ وهل ميل الأفراد نحو تعزيز ذواتهم مسألة عالمية؟ هل ينتشر مفهوم تقدير الذات عبر الثقافات؟ هل يسعى الأفراد في الثقافات المختلفة للحفاظ على تقديرهم لذواتهم بنفس الأساليب؟ هذه أسئلة المتعلقة بمفهوم الذات حظيت باهتمام المتخصصين في علم النفس عبر الثقافي والأنثروبولوجيا الثقافية. لقد لمَّح ياباتي فائز بجائزة نوبل في الكيمياء إلى دور الثقافة في تشكيل الذات، وهو من أوكلت إليه مهمة إعادة تنشيط العلم في اليابان. حيث قال في مقابلة مع مجلة *نيويورك تايمز*^(١) تعتمد الثقافة اليابانية جوهريًا على زراعة الأرز، وتتطلب زراعة الأرز كثيرًا من الماء. ويجب أن يوزع الماء على الجميع بالتساوي كما تتطلب زراعة الأرز أيضًا فريقًا من الأفراد يتحركون من صف إلى صف. بنفس الطريقة، كان معنى ذلك أن الفرد يجب أن يُقَمَّع (August 7, 2001, pA6).

النقطة المفتاحية في هذه العبارة هي التأكيد على الجماعة في مقابل الفرد. وهي مقابلة بين الثقافات الآسيوية والعربية أجازها علماء النفس المهتمون بالحوث عبر الثقافية (Cross & Markus, 1999; Markus & Kitayama, 1991; Markus, Kitayama & Heiman, 1996; Triandis, 1995). تؤكد الثقافة

^(١) *The New York Times*

الغربية على الفرد، على ذات مستقلة^(١)، بينما تؤكد الثقافة الآسيوية على الجماعة، على ذات جمعية^(٢) أو ذات متبادلة الاعتماد^(٣). إنها مفابلة بين ذات فردية وذات جمعية. ففي المجتمعات المشددة على الذات الفردية، تعتمد هوية الفرد على الخصائص التي يتفرد بها. فعندما يُسأل لأمريكي "من أنت؟" يجيب معظم الأمريكيين باسمهم وما يشغلون. أما في المجتمعات المشددة على الجماعة، فإن هوية الفرد تعتمد على روابطه بأعضاء الجماعة الآخرين. وعندما يُسأل الشخص في مثل هذا المجتمع "من أنت؟" تدور إجابته حول المدينة التي أتى منها والعائلة التي هو جزء منها. في المجتمعات الفردية تعتمد هوية الفرد على ما يملكه وما يحرره، وتكمن قيمة المرء في كينونته المستقلة وكفايته لذاته^(٤). أما في المجتمعات الجمعية؛ فتتأسس هوية الفرد بعصويته في الجماعة، وباندراجه في الذات الجمعية، وهو يكتسب قيمته بالامتثال^(٥). في الأولى يتم التأكيد على الذات الخاصة، أما في الأخرى فيتم التأكيد على الذات العامة.

الذات: وجد أن طبيعة الذات وأهميتها تتباين في مختلف الثقافات.



المعرى هنا أنه يمكن أن تختلف طبيعة الذات، والمعلومات التي يتم التشديد عليها ومنخفضات هذه المعلومات بالنسبة للسلوك من ثقافة إلى أخرى، وبدرجة

-
- Independent Self (١)
 - Collective Self (٢)
 - Interdependent Self (٣)
 - Self Sufficient (٤)
 - Conformity (٥)

هائلة. بل إما في الواقع يستطيع السؤال حتى عن حدود الداب. فمعظم الأمريكيين،
إد، سألوا عن "ذاتهم الحقيقية"^(١) سوف يصعبها في مكار ما في حدود الحسد،
ولكر في الهند، بل الداب الحقيقية هي الذات الروحية^(٢)، التي تقع خارج الحسد.
إن طبيعة الذات تختلف بين المجتمعين.

هل هناك متضمنات معرفية وادفعانية ودافعية لتمثل هذه الفروق في مفهوم
الذات؟ تشير ماركوس وكييتاياما (Markus & Kitayama, 1991) إلى أن هذه
هي الحال في الواقع. فوفقاً لماركوس وكييتاياما، يُتوقع من ذوي الذوات المستقلة
(كالأمريكيين مثلاً) أن يستقبلوا المعلومات، بل وأن يؤكدوا المعلومات التي تجعلهم
مميزين، في حين أن ذوي الذوات متبادلة الاعتماد (كالآسيويين مثلاً) يُتوقع أن
يستقبلوا ويؤكدوا المعلومات التي تمثلهم بوصفهم جزءاً من جماعة. فمثلاً، عندما
طلب من مبعوثين استدعاء أقدم ذكرى في ذاكراتهم، ذكر الأمريكيون ذكريات أبكر
مما تذكره الصينيون، كما أن ذكريات الأمريكيين كانت أكثر تركيزاً على الذات^(٣).
وفي المقابل، لم تكن ذكريات المبعوثين الصينيين في عمر متأخر فقط بل كانت
أيضاً أكثر تركيزاً على الأدوار الاجتماعية (Wang, 2001). بعبارة أخرى، فإن
الفروق في فهم الذات^(٤) ترتبط بأنواع الأحداث المستدعاة من الطفولة، ومن السن
التي يتذكر الفرد أنها حدثت فيه.

وهناك دليل آخر على أن المبعوثين الأمريكيين يشددون بشكل نموذجي على
تفردهم عن الآخرين، بينما يشدد الآسيويون التشابهات بينهم والآخرين إلى حد
كبير. فيميل المبعوثون الأمريكيون لرؤية أنفسهم في ظل السمات المستقلة عن
السياق، بينما يميل المبعوثون الآسيويون لرؤية أنفسهم في ضوء الأدوار التي
يعملونها وسلوكهم في مواقف معينة في علاقتها بالآخرين Kanagawa Cross,

True Self
Social Self
Self
Self Control

(Markus, 2001). فبينما يصف المبحوثون العربيون أنفسهم في ظل تقديرات متطرفة يصف المبحوثون الآسيويون أنفسهم في ظل تقديرات تتمحور حول الوسط (Chen, Lee, & Stevenson, 1995). وفي الولايات المتحدة فإن "العائلات التي تحدث صريحا هي التي تال الشحم"، بينما الرواية في اليابان هي أن "المسار الذي يظل خارجا هو الذي يُدق" (Markus & Kitayama, 1991, p. 224). والأمريكيون مهتمون بالذات الخاصة، في حين أن اليابانيين يهتمون بالذات العامة. وبينما يهتم الأمريكيون بالتركيز على التعبير عن مشاعرهم الداخلية، يركز اليابانيون على المظهر المعلن لتعبيرهم الانفعالي، الذي قد يرتبط أو لا يرتبط مباشرة بمشاعرهم الداخلية. ولدى الأمريكيين دافع قوى لتعزيز الذات، أما اليابانيون فأكثر توجها نحو طمس الذات⁽¹⁾ ونقدها وتحسينها⁽²⁾ (Heine, Lehman, Markus, Kitayama, 1999). ومقارنة بالمبحوثين الأمريكيين، يُظهر المبحوثون اليابانيون مثابرة أعلى على المهمة التي يخفون فيها أكثر من المهمة التي ينجحون فيها. بمعنى ما، يكون المبحوثون اليابانيون مدفوعين نحو تحسين الذات، بينما يكون المبحوثون الأمريكيون مدفوعين نحو تعزيز الذات (Heine, et al., 2001). ومن ثم، ربما لا يكون دافع تعزيز الذات عالميا.

من خلال هذه الفروق لن نندهش من وجود فروق ثقافية في المدى الذي نهتم عنده بتقدير الذات والأساس الذي يبنى عليه هذا التقدير. هكذا يفترض البعض أنه في حين يُعد تقدير الذات محل اهتمام كبير بالنسبة للفرد الغربي، ويصاحبه تقويم لخصائص الفرد وقدراته، فإن الآسيويين أقل اهتماما بتقدير ذات الفرد، بل يزداد اهتمامهم بالقدرة على الحفاظ على تناغم الجماعة⁽³⁾ وإنجاز أهدافها. وبالتالي، ربما يكون مفهوم تعزيز الذات، بتشيده على الذات كما يفعل، مفهوما مرتبطا بالثقافة.

Self Effacement (1)
Self Criticism (2)
Group Harmony (3)

وكما نفترض إحدى المراجعات لهذه المعألة "ربما لا تقبض النظريات عن تقدير الذات وعن العمليات الأخرى المرتبطة بالذات، والتي تعتمد على افتراض مفهوم مستقر وثابت نسبياً للذات، ربما لا تقبض بشكل مناسب على الطبيعة الطبيعية^(١) والتطورية^(٢) للذات اليابانية (Kanagawa, et al., 2001, p. 62).

ثمة تحذيران علينا سوقهما أثناء تعرفنا على هذه الفروق الثقافية المتعلقة بالذات. أولاً: من السهل المبالغة في الفروق ورسمها بوصفها متناقضة، في حين أنه ربما تتواجد كلا الذاتين المستقلة ومتبادلة الاعتماد لدى ألباء كل الثقافات (Oyserman, Coon & Kemmelmeier, 2002; Singelis, 1994). بعبارة أخرى، ربما تكون هذه الاختلافات في الدرجة أكثر من كونها تناقضات جوهرية في الطبيعة النوعية. ثانياً: في بعض الأحيان ترجع الاختلافات في الطريقة التي يتم بها تفسير العملية، أكثر من كونها اختلافات في العملية نفسها. فمثلاً، يفترض البعض أن الأسوي يحتاج إلى تقدير الذات بنفس درجة الغربي، إلا أن كليهما يظهر ذلك بشكل مختلف - فرق ظاهري (فينوتيبى^(٣)) أكثر منه فرق على (جيويتيبى^(٤)) - (Kurman, 2001). ومما يدعم هذا المنظور تلك البحوث التي أشرنا إليها سابقاً والتي تشير إلى أن الحاجة لتقدير الذات تُعد مرتفعة في قائمة الحاجات المهمة للرضع عن الحياة بالقسمة للأمريكيين والكوريين (Sheldon et al. 2001). وقد تناولنا مسألة مشابهة في الفصل الثالث، عندما تساعلنا عما إذا كانت العمليات المعرفية لدى ألباء الثقافات المختلفة تختلف بشكل نوعي عن بعضها البعض. أم هي تختلف في مضامينها فقط. وفي حين نطل هذه القصبة محل جدال وبحث في المجال، فمن المهم أن نذكر دائماً أهمية هذه الفروق الثقافية في علاقتها بالذات.

Malleable (١)

Evolving (٢)

Phenotypic (٣)

Genotypic (٤)

تأملات أخيرة حول الذات

تناولنا في هذا الفصل صعود وهبوط الاهتمام بمفهوم الذات تاريخيا، والنماذج المختلفة لبناء الذات والعمليات المرتبطة بها، وكذلك عرضنا أمثلة لمناح تتعامل مع العروق الفردية. من الواضح أن الذات تُعد محالاً يبال اهتماماً رئيساً في الوقت الراهن. فهو مفهوم من مفاهيم الشخصية أهم من أن يخفت أو يختفي تماماً. وموقفنا هنا أنه لن يختفي مرة أخرى من مجال الاهتمام والبحث على الرغم من احتمال هبوط وضعه المحوري، لا سيما مع مزيد من استكشاف التصورات الثقافية الأخرى للذات. وفيما يتعلق بتنوع المناحي؛ ينضج من العرض أن المنحى المعرفي الاجتماعي يحرز تأثيراً متزايداً، كما أنه يزداد تنوعاً في جوانب الذات التي يخصصها للبحث. والعناصر المحورية لهذا المنحى هي رؤية الذات بوصفها بناء معرفياً يتكرر من عدد من الدوافع أو الفئات، تتبع مبادئ عمل الأبنية المعرفية الأخرى. إلا أن هذا التأكيد لا يُعد متناقضاً مع التأكيد التحليلي أو الفينومينولوجي لروجرز. وبناك هذا الوضع خاصة مع تأكيد منظري الذات المعرفيين الاجتماعيين على أهمية الوجدان بوصفه جزءاً من الأبنية المعرفية، وغالباً بوصفه عنصراً منظماً محورياً لهذه الأبنية.

وكما أنه لا يسو اختلاف حول أهمية الحبرات الميكروية في تكوين الذات ومعاييرها، خاصة إذا أخذنا عمل هجين كمثال توضيحي للرؤية المعرفية الاجتماعية. قد يرغب معظم المنظرين معرفيين الاجتماعيين في تأكيد إمكانية التغيير في ساء الذات. أكثر مما قد يقبل المحللون النفسيون، إلا أن هذه قد تكون مسألة فكرية أكثر منها مسألة عملية، ويبدو أن أعضاء كلا الفريقين يتفقون على أن بعض أساليب الذات مقاومة بقدر للتغيير. وبعضها أكثر قابلية للتغيير. وستبدو النقطة المركزية الصاعدة الصاعدة بينهما هي الذات المسمى على التمثيلات اللاشعورية للذات، حيث يؤكد المحللون النفسيون لعناصر اللاشعورية بينما يؤكد منظرو

المعرفة الاجتماعية العناصر الشعورية. أما الوجوديين، مع إدراكهم للعمليات الدفاعية التي تمنع الخرافات من الوصول للوعي ومع تأكيدهم على الظاهرية واستخدام التفسير الذاتي؛ فيبدو أنهم يقيمون في نقطة وسط بين الطرفين. ويسدو أن هذا يُعد بالتالي الحاجز الأكبر للم شمل ذاتنا معًا. فليس من الواضح ما إذا كانت التطورات المستقبلية ستزودنا بما يسمح بتجميع غير مبكّل أو مشوه للذوات. أعتقد أن هذا سيحدث وسوف يتصمّر تشديدًا مهمًا على أهمية تمثيلات الذات غير الشعورية واللاشعورية.

أخيرًا من المهم إدراك بزوغ تطورات تتعلق بالذات في علم الأعصاب وفي البحوث عبر الثقافية. إلى حد ما يركز أحدهما على ما هو عالمي العمومية^(١) بينما يركز الآخر على الاختلافات بين البشر. وعلى الرغم من أنه كثيرًا ما تصادمت الرويتان (Pervin, 2002)؛ فإنه ليست هناك حاجة لأن نراهما متعارضتين؛ فقد تثير لنا الانتثار معًا الشروط المحددة للاختلافات في العمليات المتعلقة بالذات، وكذلك قد يوفّران تماسكًا بين الرؤى التي تُعد متعارضة ومتصارعة في الوقت الراهن.

(١) Universal

المفاهيم الأساسية

مخطط الذات Self-Schema: بناء معرفي منظم عن الذات، مشتق من الخبرة السابقة، يقود معالجة المعلومات المتعلقة بالذات.

الوعي بالذات Self-Consciousness: القدرة على تأمل الذات أو التفكير فيها.

الانفعالات الوعى بالذات Self-Conscious Emotions: هي الانفعالات التي تشترط -لنشعر بها- قدرة على الوعي بالذات (كالخزي أو الفخر).

المجال الفينومينولوجي Phenomenal Field: المصطلح الذي يستخدمه روجرز Rogers للتعبير عن المثيرات التي يدركها الفرد.

تناقض الخبرة الذاتية Self-Experience Discrepancy: إيراد روجرز للخبرات التي لا تتفق مع بناء الذات.

الاتساق الذاتي Self-Consistency: المفهوم طوره ليكي Lecky واستخدمه روجرز وآخرون، وهو يؤكد على الحاجة إلى الحفاظ على بناء الذات متسقاً (المعرفة المرتبطة بالذات والتي تكون متسقة مع بعضها البعض).

طريقة تصنيف Q O-Sort Method: قياس يصنف خلاله المبحوث الجمل في فئات تتبع توزيعاً اعتدالياً. استخدمه روجرز لقياس التباين بين الذات والذات المثالية.

المدرسة بين الشخصية للطب النفسي Interpersonal School of Psychiatry

Psychiatry: المصطلح المستخدم لوصف منحى هارى ستاك سوليفان Harry Stack Sullivan في الشخصية والعلاج.

نظرية العلاقة بالموضوع Object Relations Theory: منحى تحليلي يؤكد أن البشر يبحثون عن العلاقات أكثر من سعيهم لإشباع الغرائز، ويؤكد أهمية التمثيلات العقلية للخبرة في الصغر مع الأشخاص المهمين.

عائلة الذوات Family of Selves: مفهوم كانتور Cantor وكيلستروم

Kihlstrom لتعدد الذات المنظم.

مفهوم الذات العامل Working self-Concept: مفهوم ماركوس Markus عن مخطط الذات كما يستخدم في سياق موقف معين.

الذات الممكنة Possible Selves: مفهوم ماركوس عن مخطط الذات الذي يمثل ما يشعر الأفراد أنهم سيصبحون عليه.

تحقق الذات Self-Verification: عملية يؤكد بها Swann، ويشير بها للسعي نحو المعلومات التي تؤكد مفهوم الذات.

تعزيز الذات Self-Enhancement: عملية السعي نحو المعلومات التي ستحافظ على ذات الفرد أو تعززها.

كفاءة الذات Self-Efficacy: مفهوم باندورا Bandura المتعلق بالقدرة المدركة على مواجهة مطالب المواقف المحددة.

الوعي بالذات الخاصة Private Self-Consciousness: مفهوم كارفر وشاير عن المدى الذي يصل إليه الأفراد في تركيزهم على مشاعرهم ومعاييرهم الخاصة.

الوعي بالذات العلنية Public Self-Consciousness: مفهوم كارفر وشاير عن المدى الذي يصل إليه الأفراد في تركيزهم على ما يمكن أن يعتقد الآخرين عنهم وعلى المعايير الخارجية.

موجهات الذات Self-Guides: مفهوم هيجن Higgin عن المعيير التي تتعلق بالذات والتي يشعر الفرد بوجوب الالتزام بها.

الذات المثالية والذات الواجبة Ideal Self, Ought Self: فئات من موجهات الذات، تتعلق الأولى بالخصائص التي يتمنى الفرد امتلاكها، وتتعلق الأخرى بالخصائص التي يشعر الفرد بوجوب امتلاكها (واحات، مسؤوليات، التزامات).

تقدير الذات Self-Esteem: تقويم استحقاق الفرد لذاته.

تقدير الذات الضمني Implicit Self-Esteem: أحكام نفوسية لاتسوعية عن الذات.

ملخص الفصل

١. على الرغم من أن الاهتمام بالذات قد علا وهبط، فإنه يُعد اليوم من أكثر المواضيع خضوعاً للبحث في مجال الشخصية؛ ويستأهل مفهوم الذات الدراسة لأهميته في الخبرة الظاهرية. وفي كيفية معالجتنا للمعلومات، وفي تنظيم الأداء الوظيفي للشخصية.
٢. يميز المتخصصون في علم النفس الارتقائي بين إدراك الذات: إدراك الطفل أنه يوجد منفصلاً عن الأشخاص الآخرين أو المواضيع الفيزيائية الأخرى، والوعي بالذات: القدرة على تأمل الذات. ويتأسس جزء كبير من ارتقاء إدراك الذات على الوعي بالفروق الحسية المرتبطة للجسد، والمرتبطة بتعلم شروط الفعل-النتيجة. ويتم تتبع ارتقاء الوعي بالذات حتى مس ١٥ شهراً تقريباً، اعتماداً على بحوث تعرف الذات وعلى فهم الارتقاعات المعرفية الأخرى التي تحدث في تلك المرحلة.
٣. لقد تم تناول ثلاث رؤى عن الذات: الظاهرية والتحليلية والمعرفية الاجتماعية. واستخدم جهد روجرز لتمثيل نموذج من الاهتمام بالذات. كان روجرز مهتماً بتنظيم الذات، والاتساق الذاتي، وجهود الفرد لتجنب حالة اللاتناغم أو التباين بين مفهوم الذات والحيرة.
٤. على الرغم من أن فرويد لم يؤكد على مفهوم الذات، إلا أن المفهوم قد لاقى اهتماماً كبيراً من منظرى العلاقة بالموضوع المهتمين بارتقاء التمثيلات العقلية للذات، وللآخرين، وللذات في علاقتها بالآخرين، وكذلك وجهود الفرد لتجنب انخفاض تقدير الذات وجهوده للحفاظ على الإحساس بتناسك الذات. وتمثيلات الذات التي يؤكد عليها منظرى العلاقة بالموضوع متعددة الأبعاد، ومحملة بالوجدان، وتصاحبها دوافع وصراعات محتملة، وهي في الأغلب لاشعورية.
٥. تتأسس الرؤية المعرفية الاجتماعية للذات على معاهيم وسياج بحث مثبقة من

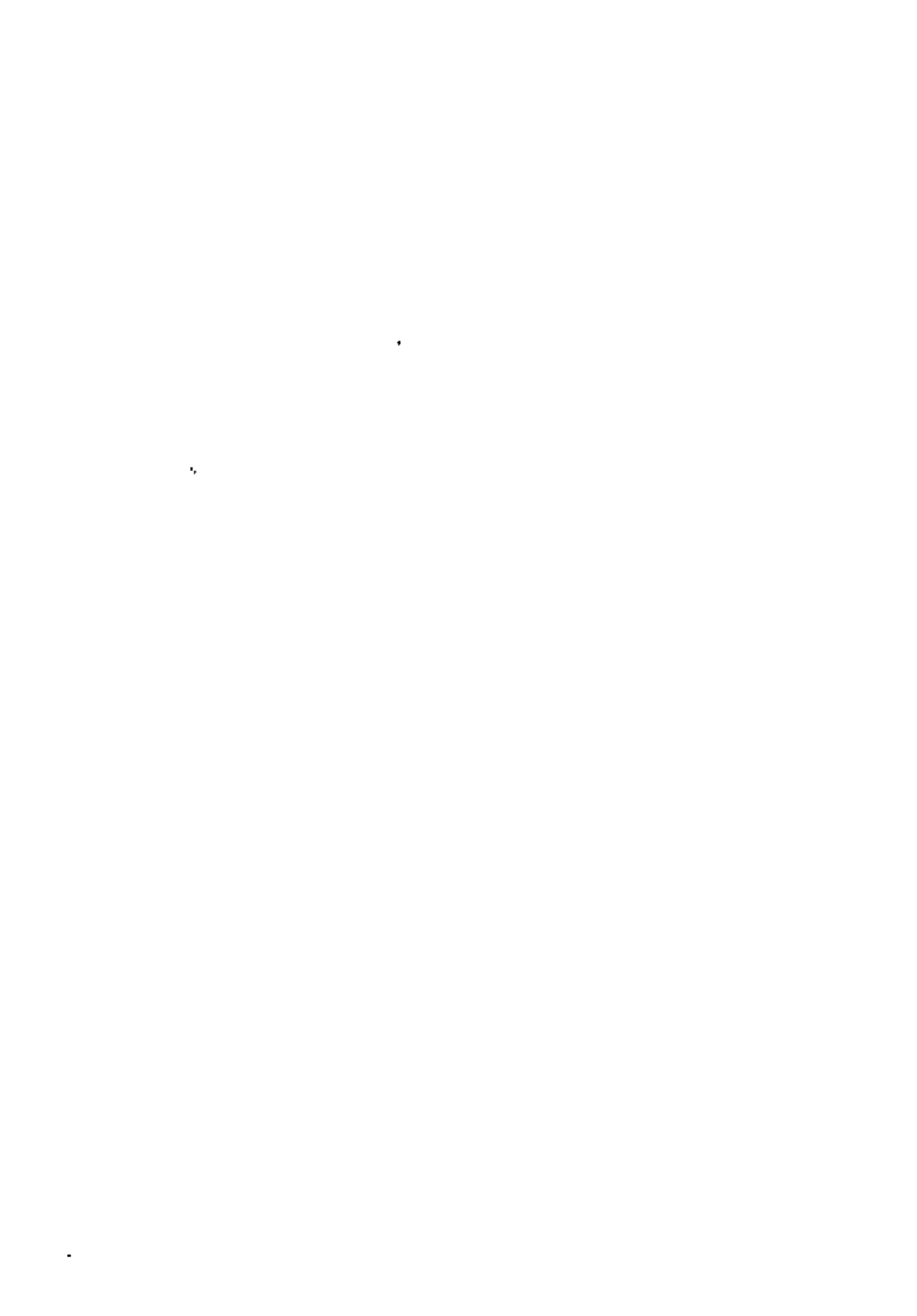
علم النفس المعرفي. حيث تعالج الذات كمخطط مهم يؤثر على معالجة كم هائل من المعلومات، وله متضمنات في الدافعية والسلوك. وهناك تأكيد على تعدد الدوات (مثل، عائلة الدوات، والدوات الممكنة) وعلى التباين الثقافي في الطسعة الجوهرية للذات. وبذلك منظرو المنحى المعرفي الاجتماعي أيضا على أهمية العمليات الدافعية المتعلقة بالذات، مثل دوافع تحقيق الذات وتعزيز الذات.

٦. على الرغم من توفر الدليل على وجود اهتمام بتكامل الرؤى التحليلية والسرورية المعرفية الاجتماعية عن الذات، إلا أن الفروق الجوهرية في المحتوى المبسرة، ومناهج البحث المستخدمة قد غابت النجاح في هذه الجهود التكاملية.

٧. هناك دليل مهم على الاهتمام بمنعبرات الفروق الفردية المرتبطة بمفهوم الذات (مثل كفاءة الذات لبادوراء، والوعي بالذات لكارفر وشاير، وموجهات استدات لهجر، وتقدير الذات وتقدير الذات الضمني). وتبين البحوث التي تتناول هذه المتعبرات أهمية تمثيلات الذات للمعرفة والوحدان والدافعية والعلاقات الشخصية. وهناك اهتمام متنام بمفهوم تقدير الذات. حيث يرى التقدير الإجمالي للذات وحيا مهما من أوجه الاء الوظيفي للشخصية. بالإضافة إلى ذلك أن هناك اهتمام بالتقلبات في تقدير الذات المصاحبة للنجاح والفشل في مجالات شرطية محددة لاستحقاق الذات.

٨. استند علماء الأعصاب دراسات لحالات فردية لمرضى الإصابات المخية كما استخدموا تقنيات التصوير العصبي لاكتشاف أسس أدمج التي تمثل أساسا على أساسية. ولتحديد موضوعها. وتوضع الراهن يرى أن الوعي بالذات يعنى أساسا تكمن أليات عمل من أليات أدمج.

٩. أشار بعض علماء النفس إلى أن أسس أدمج ما إذا كان مفهوم الذات و... على الفروق بين هذه أدمج... في نموذج الاستحلال والذات المستقرة... من أليات عمل... من أليات عمل...



الفصل التاسع*

المسار من التفكير إلى الفعل

نظرة عامة على الفصل:

كيف نتحرك من التفكير إلى الفعل، من النية إلى عمل شيء لتنفيذه فعلاً؟ سنتناول في هذا الفصل السلوك الغرضي الموجه نحو هدف، كما نتناول البحوث حول مفاهيم مثل المشاريع الشخصية، والكفاح الشخصي الموجه نحو هدف ولماذا نشعر أحياناً بتعطّل إرادتنا الحرة، أي نجد أنفسنا غير قادرين على أن نفعل ما ننوي فعله أو نشعر بإكراه لفعل ما نريد فعله.

أسئلة مثارة في هذا الفصل:

١- كيف نفهم عملية السير من التفكير إلى الفعل؟ من الفكرة المتصلة بهدف

معين إلى متابعة هذا الهدف؟

٢- هل من المفيد لعلماء نفس الشخصية استخدام مفاهيم مثل إرادة^(١) ونية^(٢)

^(٣) وإرادة حرة^(٤) أو اختيار^(٥)، أم أن الأفضل ترك هذا للفلاسفة؟

٣- ماذا تشبه نظرية السلوك الموجه نحو الهدف؟ وكيف يمكن اكتساب

الأهداف وهل يتعامل الأشخاص بعقلانية في سعيهم للأهداف؟

٤- كيف نستطيع أن نفهم المواقف التي لا يستطيع فيها الأشخاص أن يجعلوا

أنفسهم يفعلون ما يريدون فعله أو لا يستطيعون منع أنفسهم من فعل ما لا

يريدون فعله؟

(١) Will

(٢) Intention

(٣) ~) النية إرادته تتقدم الفعل بأوقات (المرجع)

(٤) Volition

(٥) ~) الاختيار إرادة أمشيء بدلاً من غيره، من غير الجاه واضطراب، والإخبار خلاف الصبر و
ر إنسان قد يريد شيئاً مضطراً، وعند لا يسمى مختار (الفروق في اللغة، دةي هلال عسكرى،
(المرجع)

مقدمة:

تعلم ما هو القيام من السرير في صباح يوم منجلي في حجرة بدون مدفأة، وهو المبدأ الحيوي داخلنا للاحتياج ضد هذه المحنة. وربما ندا معظم الأشخاص في الصباح عاجزين عن تنشيط أنفسهم لاتخاذ قرار القيام. ونفكر في كيف أننا سنأخر كيف مستراكم واجبات اليوم، ونقول "يجب أن أقوم إلى هذا الأمر مخز.... إلخ. إلا أن الغطاء الدافئ يبدو ليذا، كما أن النرد في الخارج قاس جداً ويتأهل الحل، وبتضائل ويبعد ثانية وهنا نبدأ في الانتفاخ والمقاومة ونعبر نحو الحل الحاسم. والآن كيف أمكننا أن نقوم في مثل هذه الظروف؟" (James, W, 1892, p. 424).

ربما كان وصف "وليم جيبس" (١٨٤٢-١٩١٠) للكفاح من أجل القيام من السرير في الصباح أمراً أليفاً لكل شخص. أما إذا وجد شخص لم يخبر هذا الموقف بالذات، فإنه توجد كثير من الأمثلة على حمل الشخص نفسه على فعل شيء معين فالمرء يريد أو ينوي أن يفعل ويتجنب أن يفعل ما لا يريد أو ينوي فعله.

وقد كافح الفلاسفة لفهم هذه الظواهر، مستخدمين مصطلحات مثل الإرادة، والإرادة الحرة. ما طبيعة الإرادة والإرادة الحرة أي القدرة على تنظيم السلوك، وأن فعل وفقاً لما ننوي؟ ما الذي يسمح لنا بأن نشعر بالإرادة والإرادة الحرة؟ هل الحيوانات تسلك بإرادة وبإرادة حرة؟ هل كلبتي تظهر سلوكاً عمدياً، عندما تأخذ يدي بقدمها وتخبرني أنها تريد أن تكل؟ هل السجاب الموجود في حديقة المنزل يظهر سلوكاً عمدياً عندما يقدر مشكلة الحصول على الغذاء من صندوق غداء الطائر، ويختار بدلاً من ذلك مسارات مختلفة عندما أحاول إعاقة كل منها؟

وغالباً، كان علماء النفس يعارضون استخدام مصطلحات مثل نية، وإرادة، وإرادة حرة. لأنها تبدو غامضة وعائمة ويفصلون تركها للفلاسفة. ومن المؤكد أن السلوكيين لم يكونوا مهتمين بمثل هذه المصطلحات، لأنهم يعتنون بدراسة السلوك الصريح ويعتدون عن العقلا. إلا أنه حتى غير السلوكيين كانوا حذرين من دراسة

مثل هذه الظواهر. كيف نعرف أن شيئاً معيناً تم بشكل عمدى، سواء كان صادراً عن كلب أو طفل أو مدافع عن قضية إجرامية؟ هل لدى بعض الأشخاص قوة إرادة أكبر من الآخرين بالنسبة لبعض الأشياء وليس بالنسبة لأشياء أخرى؟ وإن كان هذا صحيحاً هل يمكن أن يعتمد تماماً على التقرير اللفظي، أم هل يمكن أن نشئ مقاييس أكثر موضوعية؟

إذا وضعنا فى حسابنا درجة تعقد هذه الأسئلة، فمن السهل أن نرى لماذا كل علماء النفس حذرون من مواجهتها. ومع ذلك هل يمكن لعلم الشخصية أن يتجاهل هذه الأسئلة التى ينبو أساسية لخبرتنا؟ فإذا عدنا لمثال وليم جيمس، فكلنا نعلم ما هو الكفاح مع هذه المشاعر. وربما كانت أصعب اللحظات التى تواجهنا صغوبة تتكون من هذا الكفاح و عندما ينظر المرء فيما يحدث فى مثل هذه الأوقات، ويبدو أن من أهم العمليات الأساسية للأداء النفسى الأفكار أو المعارف المتصلة بما يمكن للمرء عمله، و دوافع عمله أو عدم عملها والصراعات بين الدوافع والمشاعر (أو الوجدان) التى ترتبط بالكفاح. وربما يمكن إضافة سمة نقطة الضمير^(١) لأن الشخص يقظ الضمير ملتزم ذاتياً، ويداوم على أن يقوم بفعل حاسم للقيام من المريب قبل أن تزيد المقاومة.

ورغم أنه كان يتم تجاهل هذه الأسئلة فى الماضى، فإنه توجد علامات على أن علماء النفس ووجه خاص علماء نفس الشخصية، يبذلون جهداً للاستمساك بهذه الأسئلة. وكان تقديم نموذج الشخصية كآلة لمعالجة المعلومات، جزءاً من الثورة المعرفية كما لاحظنا من قبل عند مناقشة نظرية الهدف فى الفصل "٤" وما يتصل بها من نظرية التحكم لـ "كارفر" و"شير" فيما يتصل بتنظيم الذات فى الفصل "٨"، وكان الاهتمام بالسلوك الهادف - أى توجه الشخص أو الآلة نحو هدف أو غاية معينة - جزءاً من هذا النموذج، ومن اهتمامنا بالسلوك الهادف لى الكائنات البشرية

Conscientiousness (١)

السؤال عن كيف نترجم النية إلى فعل وكيف نتحرك من الفكر أو من التصور لهدف معين إلى متابعته فعلاً (Cantor 19990a; Frese & Sabini, 1985; Gollwizer & Bargh, 1996; Kuhl & Beckmann, 1985; Carver & Scheier, 1998; 1999).

وهذا يؤدي إلى تحول المعارف والذوايق والاستعدادات (السمات) للسلوك بطريقة معينة. ويوجه الاهتمام بالسلوك الغرضي إلى توجيه أسئلة. مثل: كيف نصنع مخططاً ليوماً وكيف نذهب إلى اتخاذ قرارات عندما يكون علينا الاختيار بين أنشطة؛ هل نعم أم لا، أم نلتقي بأخرين، نأكل أم نقوم بتدريب على أن نتدمج مع ما الشخص أو ذاك. وكما سنرى في نهاية الفصل، فإن الاهتمام بالسلوك الغرضي يجذب إلى اهتمامنا مشكلة الإرادة الحرة، والأوقات المحيرة والمهمة جداً التي لا نستطيع فيها أن نفعل ما نريد أن نفعله، أو نشعر أننا مضطرون إلى فعل ما لا نرغب في فعله.

وهذه المشكلات المتصلة بالإرادة الحرة، لها أهمية خاصة، لأنها تبدو على أنها ضد مشاعرنا أننا كائنات عاقلة، ولأننا نستطيع أن نصنع قرارات معقولة حول ما نريد، ومن ثم الاختيار وفقاً لإرادتنا. وأول نموذج لهذا الكائن العاقل هو ما أطلق عليه اسم "نظرية القيمة المتوقعة"⁽¹⁾ التي سبق مناقشتها في الفصل "3". وفقاً لنظرية القيمة المتوقعة عندما نواجه بقرار يتصل بفعل، فإن نختار الفعل الذي يحقق أعلى تقدير لقيمة مكافأة، ونحدد قيمة المكافأة بمقدار قيمة الناتج بالنسبة لنا واحتمال حدوث هذا الناتج. أي أننا في سلوكنا لاتخاذ قرار نقوم بحمل استنتاجات سريعة تتصل باحتمال ما يمكن أن يؤدي إليه السلوك لما نريد وقيمة ما نرسله ويفترض وجود علاقة تمثل حاصل ضرب الاحتمال أو التوقع في القيمة، ومن ثم تكور المعادلة التوقع × نظرية لقيمة

وسواء قررنا أن نعمل أو نلعب، فإنما يتحدد هذا من خلال احتمال ما يؤدي إليه من غاية معينة أو هدف، والقيمة التي تربط بينها وبين الهدف وكوننا نقرر أن نندمج في علاقة مع هذا الشخص أو ذلك، إنما يتحدد بتقديرنا لاحتمال النجاح مع كل منهما والقيمة التي ترتبط بالنجاح مع كل منهما، وهو نموذج شديد العقلانية لاتحاد القرار من الأشخاص! ولنتكشف الآن بعض هذه النماذج لسلوك الاختيار، ثم نذهب للنظر إليها في داخل الإطار العام لنظرية الأهداف، ثم ننظر في النهاية في جهود البحث، لننظر إلى عملية ترجمة الأهداف إلى فعل، كما ننظر في الفروق الفردية في الأهداف والعمليات الموجهة نحو الهدف.

سلوك الاختيار العقلاني: التوقع × نظرية القيمة.

سنتهم هذا ببعض الأعلام الكبار في نظرية قيمة التوقع وللتأكد من أننا نفهم النظرية نأخذ مثالاً ذكره "وينر" (Weiner, 1992) عن اتخاذ أحد المراهنين لقرار في سباق الخيل. إن ما يفعله المراهن هو حساب احتمال كسب كل حصان للسباق، ويصرب هذا في فائدة أو فوز كل فرس لكي يصل إلى توقع ذاتي لفائدة كل اختيار. والفرس الذي يحصل على أعلى توقع ذاتي لفائدة^(١) هو الذي يراهن عليه. وفي هذه الحالة فإن المراهنين يكون لديهم احتمالهم الذاتي لكل فرس سيفوز في السباق، ولكن القيمة أو الربح سيحصل من خلال حلبة السباق. وبالطبع فإن جاساً آخر من الربح أو الفائدة يتحدد في التوصل إلى قرار سليم، أو للنقاط، أو تحديد الفائز، أي أنه بالنسبة لبعض الأشخاص ليست النقود التي تدخل في القمار، ولكن فكرة أنه على صواب أو السعي للإثارة وأن يكون فائزاً كبيراً. والمسألة هنا أن التوقعات والقيم هي مسائل ذاتية تختلف حسب الأشخاص الداخليين فيها.

نموذج تولمان للسلوك الغرضي^(٢)

من المناصرين المبكرين لنموذج قيمة- التوقع^(٣) منظر التعلم المعرفي "إدوارد

Subjective Expectancy Utility (١)
Purposive Behavior (٢)
Expectancy - Value Model (٣)

شاس تولمان" (Edward Chase Tolman, 1925, 1932). وتولمان له إسهامه البارز نظريًا ونحرييًا، وإن كانت إسهاماته للأسف غير معروفة هذه الأيام. وقد أكد على تأثير العمليات المعرفية على علاقات التنبيه والاستجابة، وكان من العلماء المنظرين للتعليم الذي قبل كثيرًا من الإطار السلوكي، ومع ذلك فقد كان معجبًا بالسلوك المنظم والموجه نحو هدف أكثر من إعجابه بالسلوك الآلي الذي يشبه المنعكس، ولم تصدق الغرضية والمعرفية على البشر فقط بل كانت تصدق على الفئران أيضًا.

وأكد تولمان أهمية العوامل المعرفية في التعلم. واعتقد أن الحيوان يتعلم خرائط معرفية أو توقعات حول أي أنواع السلوك يؤدي إلى أي النتائج، أكثر مما يتعلم ارتباطات آلية بين التنبيه والاستجابة. وبسبب تأكيد تولمان على المتغيرات المعرفية مثل التوقعات عبر متغيرات الحافز، تم توجيه النقد إليه لأنه جعل القرن (أو الأسبوعين) يفرقون في الفكر (Guthrie, 1952, P. 143). وقد وجه نفسه الاعتراض إلى المؤيدين المبكرين للثورة المعرفية لتأكيدهم البارد للمعرفة ونجاهلهم للدافع والوجدان (Pervin, 1980). ومع ذلك فإن تولمان يعترف بأهمية الدافع والقيمة في الأداء أو الفعل لهذا كان منبهراً بالمثابرة إلى أن يتحقق الطابع الغرضي للسلوك.

وكل من التأكيد على الأهداف ذات القيمة والتأكيد على التوقعات، يمثلان أساسًا لنظرية تولمان لتوقع- القيمة. وهذه الكيفيات تعرف لدى تولمان بالطابع الغرضي للسلوك في الحيوان والإنسان. ومثابرة النشاط مستقلة عما أثارها إلى أن تتحقق غاية معينة أو هدف معين.

بحوث ليفين عن مستوى الطموح^(١):

في نفس الوقت تقريبًا الذي كان تولمان "يكون آراءه، كان "كيرت ليفين" عالم

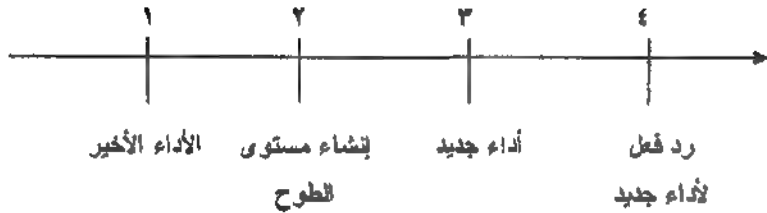
(١) Level of Aspiration

النفس الاجتماعي والشخصية يكوّن نظريته حول السلوك الموجه نحو هدف^(١). ولم يكن "ليبن" خائفاً من استخدام مصطلحات مثل، نية، وحاجة، وإرادة فيما يتصل بوجهة نظره الغرضية الموجهة نحو هدف للسلوك. ونأكيده على التوقعات والقيمة أو الوجهة^(٢)، كما عرفها القيمة الإيجابية أو السلبية المرتبطة بهدف. وكان هذا واضحاً في بحثه حول مستوى الطموح (Lewin, Dembo, Festinger & Sears, 1944). وفي بحثه عن مستوى الطموح درس كيف يحدد المبحرثون معايير وأهدافاً لأداء المستقبل، بما في ذلك تقدير صعوبة المهمة ومستوى قدرتهم. فمثلاً قد يطلب من المبحرثين أن يحددوا مسافات يستطيعون فيها إدخال كرة في الباسكيت بول، وبعد نجاحهم من مسافة قصيرة، قد يحاولون إلقاءها من مسافة أكبر. وترتبط مشاعر النجاح والفشل بتقويم للعلاقة بين إفاضة مستوى للطموح (هدف) وبين الأداء الفعلي. ومع ترايد الخبرة بالنجاح المرتبط ببلوغ مستوى أعلى من الطموح (أهداف أصعب). وترايد الخبرة بالفشل المرتبط بعدم بلوغ مستويات من الطموح ذات مستوى أننى (أهداف أسهل) "أنظر كم أنا جيد - في مقابل - لا أستطيع حتى أداء هذا". ويقوم الأفراد في دراسات مستوى الطموح بعمل اختيارات تقوم على أساس احتمال النجاح وقيمة النجاح، وهذا الأخير يعتمد على الصعوبة المدركة للمهمة (انظر: الشكل ٩-١).

(١) Goal Directed Behavior.

(٢) Valence.

التتابع النموذجي للوقت



الشكل (١-٩)

يوضح أربع نقاط في تتابع نموذجي للأحداث في موقف مستوى طموح.

ويهتم باحثو مستوى الطموح بسؤالين، هما:

١- ما الذي يحدد هدف مستوى الطموح؟

٢- ما الذي يحدد رد الفعل لتحقيق أو عدم تحقيق الهدف أو إقامة مستوى للطموح؟

(Source Adapted from "Level of Aspiration," by K.A. Lewin, T. Dembo, L. Festinger, and P.S. Sears, 1944, in *personality and the Behavior Disorders*, p. 334, by J. McV Hunt, Ed, New York: Ronald press).

نموذج روتر لقيمة التوقع^(١):

كان الجدول قائماً بين منظري التعلم في الأربعينيات حول القيمة النسبية لتأكيد "تولمان" على المتغيرات المعرفية، وتأكيد "هل" حول متغيرات الحافز والتعزيز، وكما لاحظنا في الفصل "٣"، فإن "روتر" صاحب الإسهام في علم نفس الشخصية وعلم النفس العيادي، (Rotter, 1954) استخدم كلا الوجهتين من النظر لإنشاء نموذج لقيمة التوقع ومنحى التعلم الاجتماعي للشخصية. ووصفت بحوثه مع جورج

(١) Rotter's Expectancy - Value Model

كيلي (G. Kelley) بأنها أساس للمرحلة الحالية للمناحي المعرفية للشخصية (Cantor, 1990a).

ووفقاً لـ "روتر" فإن السلوك الممكن أو إمكان صدور سلوك نوعي في موقف معين، هو دالة لتوقع مكافأة وقيمة مكافأة الهدف؛ أي أن إمكان السلوك هو دالة للتوقع \times القيمة. أكثر من هذا من المهم أن نلاحظ أن التوقع والقيمة ذاتيان ومتوعان من فرد إلى آخر في أي موقف. أكثر من هذا وفقاً لـ "روتر" يمكن وصف الموقف من ناحية النتائج التي يربطها الفرد مع مختلف السلوكيات في الموقف. فكل سلوك ممكن في الموقف يربط للفرد فيه بين احتمال نتائجه وقيمة هذه النتائج. ويكون الموقفان متشابهين بمقدار ما تبدو احتمالات نتائجهما متشابهة من ناحية الاحتمال والقيمة. أي أن الشخص يمكنه التنبؤ بأنه سيملك بطريقة متشابهة في المواقف المتشابهة، وبالمثل أيضاً يعرف من خلال احتمالات النتائج الذاتية. ويوجد دليل - وإن لم يكن كاملاً - على أنه على الأقل من ناحية التقرير الذاتي، فإن الشخص يملك بطريقة متشابهة في المواقف التي تبدو متشابهة من ناحية احتمالات نتائجها (أي التوقع \times قيمة كل ناتج سلوكي في الموقف) (Champagne & Pervin, 1987).

وهذا التأكيد على المحددات الموقفية للسلوك يمثل جزءاً من نظرية التعلم الاجتماعي والمعرفة الاجتماعية. وهو ملمح مهم يميز بينها وبين نظرية السمة (Michel, 1968)، ومع ذلك ينبغي أن نضع في حسابنا أن الفرد هو الذي يعرف التوقعات وقيم النتائج المرتبطة بالسلوك في الموقف. أي جزء من الشخصية هو مجرد التوقعات والنتائج كما لاحظنا في الفصل "3". ويؤكد "روتر" على التوقعات المعقدة التي تشير إلى التوقعات التي تستمر عبر المواقف. عبارة أخرى بالإضافة إلى التوقعات المنصلة بعلاقات السلوك - والنتائج في مواقف نوعية، فإن الأفراد نتيجة لتاريخهم، لديهم معتقدات معقدة حول أنفسهم وحول العالم.

وثمة نظريات أخرى تؤكد على نموذج قيمة - التوقع تم إيشاوها

(Eccles & Wifield, 2002)، وكان لها تأثير في كل من بحوث الدافعية العامة والمواقف التنظيمية الصناعية (Lacke & Laham, 1990). وكما لاحظنا، العناصر المشتركة هي التأكيد على التوقعات الذاتية والقيم التي تؤدي إلى اختيارات عقلية قائمة على أقصى فائدة متوقعة ذاتيًا. ورغم أنه يفترض أن التوقعات والقيم تعتمد على الخبرة الماضية، فإنه يتجاوز الانتباه الذي يعطى إلى العمليات النوعية المرتبطة بهذه الارتقاعات. ويغلب أن تركز البحوث على ما سيفعله الفرد عندما يواجه باختيارات نوعية في مقابل كيف يبدأ الشخص نشاطًا. وغالبًا فإن هذه النماذج لقيمة التوقع لا تدخل في سياق نموذج كامل لسلوك غرضي موجه نحو هدف، وسوف نعرض في الفقرة التالية تخطيطًا لهذا النموذج، ثم نعود إلى جهود البحث القائمة على مفاهيم تتصل بالهدف.

ركود السلوك وتدفعه: نحو نظرية للأهداف.

يوجد اليوم كثير من المفاهيم والنظريات الجيدة لأداء نسق الهدف (Austin & Vancouver, 1996; Emmons, 1997; Ford, 1992; Little, 1999; Pervin, 1983, 1989). والمناقشة التالية تمثل كثيرًا من العناصر الأساسية لهذه الوجهات من النظر. رغم أنها تحتوي أيضًا على عناصر قد لا يوافق عليها أنصار وجهات النظر المختلفة، أو الذين يؤكدون على جوانب مختلفة. وقد تم تطويرها لكي تحتفظ بتأكيد التعلم الاجتماعي والنظرية المعرفية لتنوع السلوك من موقف إلى آخر، وتأكيد نظرية السمة على استقرار السلوك عبر المواقف.

في إحدى السنوات كان لدى مبحوثون فكاروا في سلوكهم عبر أيام كثيرة. وفي كل موقف بمتد "٢٠ دقيقة أو أكثر، كان المبحوث يصف الموقف وسلوكه فيه. وامن الحصول على مشاهدة واضحة، وتبين أن الأشخاص يتميزون في أدائهم بكل من الاستقرار والنوع في أدائهم، أي لديهم كل من خصائص الاستقرار ونوع السلوك لمواجهة الحاجات والظروف المتغيرة، وهذا ما أطلقنا عليه مصطلح ركود السلوك وتدفعه. فالشخص مستقر ومتغير خلال حياتهم اليومية، وأي نظرية

لشخصية يجب أن تضع في حسابها هذا التفاعل بين الاستقرار والتغير، بين الركود والتدفق، ويصعب أن يكون الشخص متكيفاً مع بقاءه بنفس الحال في كل المواقف. ونفس الشيء صحيح بالنسبة لحالة تكرار التحول من موقف إلى آخر مثل كسرة البنج بونج.

وبالإضافة إلى ملاحظة كل من الاستقرار والتغير، فإن ملاحظة التدفق اليومي للسلوك تدل على حقيقة أخرى. فبالنسبة لمعظم الأشخاص توجد كيفية منمطة ومنظمة لسلوكهم. ويبدو أن هذا التنظيم موجه نحو نقاط غاية أو أهداف أكثر مما يرتد هنا وهناك من كرات البنج بونج، فالأشخاص يتابعون نشاطات نقاط غاية أو أهداف ويطورون خططاً واستراتيجيات لتحقيق هذه الأهداف. أي أنه يوجد نمط للسلوك هو الذي يمكن تقديره من خلال دراسة السلوك عبر مختلف المواقف وعبر فترات ممتدة من الوقت. ويمكن أن نذهب بعيداً إلى القول بأن الشخصية هي تفاعل بين الاستقرار والتنوع، عندما يحتفظ الشخص باتساق وتوجه نحو هدف أثناء استجابته لمتطلبات مواقف معينة. ومن هذه الوجهة من النظر، فإن السلوك الإنساني معقد ويتحدد من خلال قوى متعددة، غرضية أو مرجية نحو غاية ومتكيفة لكل من حاجات الشخص للإحساس بالاستمرار والاتساق وكذلك حاجته لأن يكون قادراً على التوافق بمرونة للمتطلبات الموقفية. وفيما يلي محاولة لتحديد هذه العناصر:

١- توجي نوعية السلوك الإنساني للمنمطة والمنظمة، بأنه موجه نحو نقاط غاية أو أهداف، أي أن السلوك مدفوع، كما أن مفهوم الأهداف مقترح بوصفه مفهومًا دافعياً معينًا. والأهداف قد تكون معقدة أو بسيطة، شديدة الأهمية أو أقل أهمية أو ذات أهمية قصيرة المدى (أي تقوم بدور في هذه اللعبة) أو لها دلالة بعيدة المدى (أي لها طبيعة تنافسية مهنية أو تؤدي إلى حياة أسرية جيدة)، ومن المهم التمييز بين أهداف غايات معينة، والخطط التي تمثل طرقاً ومسارات نحو بلوغ الهدف. فمثلاً إذا كان هدفنا أن أصبح مهندساً، فإن خطتنا هي أخذ دراسات هندسية. ورغم وجود تنوع صخيم في أهداف الأفراد في كيف يمكن تنظيمها، فإن

معظم الأفراد يشتركون في بعض فئات الأهداف (انظر: الجدول رقم ٩-١).

٢- ترتبط بالأهداف خصائص معرفية ووجدانية وسلوكية صريحة. ويتضمن

المكون المعرفي للهدف تصوراً ذهنياً أو صورة للهدف. فالمرء لا يستطيع أن يكون له هدف دون تصور لما يكافح من أجله، تماماً مثل منظم حرارة المنزل^(١). لا يمكنه أن يتحكم في حرارة الحجرة دون تصور لدرجة الحرارة "المرغوبة" ومع ذلك فوجود تصور للهدف، لا يعنى أن كل الأهداف شعورية، إننا نكون غالباً على دراية بأهدافنا، إلا أنه أحياناً أخرى لا نكون على دراية بهذه الأهداف. وأحياناً يكون التفكير الدني مقياساً دقيقاً للنسق الداعي، إلا أنه أحياناً أخرى لا يكون كذلك. أى أنه أحياناً سنطمع الأشخاص أن يخربوا بما يفعلون إلا أنه في أوقات أخرى قد لا يستطيعون أن يقرروا لماذا يسلكون سلوكاً معيناً، أو يعطون أسساً مقبولة اجتماعياً أكثر مما يستطيعون الأسباب الحقيقية للسلوك، وهذا يعكس الفرق بين المبررات والأسباب الثانوية التي تشر إلى الشرح الذي يعطيه الأشخاص، أما الأجره فتشير إلى المبررات الفعلية للسلوك. فمثلاً قد يقول أشخاص إنهم عطفوا عن فعل شيء ما لأنهم سوا أو أن لديهم أشياء كثيرة لعملها، بدلاً من أن يقولوا إنهم كانوا على وعي أو غير وعي بأنهم لا يريدون فعله. بالإضافة إلى المعرفة أو التصور الذهني، يرتبط بالأهداف وجدانيات^(٢) وانفعالات، والأهداف ترتبط باللذة والألم، فالمرء يسعى إلى بلوغ أشياء ترتبط باللذة ويتجنب الأشياء التي ترتبط بالألم. ومع ذلك فإن المدى الذي يرتبط به الوجدان بالأهداف أكثر تعقيداً من مجرد اللذة والألم. فالشخص يشعر بالفخر إذ نجح، وبالخزي إذا فشل، ويشعر بالحب لشريكه في الحياة، وباحتقار عتوه.

الجدول (٩-١)

فئات الأهداف المستمدة من ترتيب مبحث للأهداف

فئة الأهداف	توضيح الأهداف
١- تقدير الذات وتقبل الذات	الاحتفاظ بتقدير الذات، وتجنب القشل واكتساب القبول وتجنب الرفض والتقدم في مسار المهنة، والإكمال بنجاح، وتوكيد الذات وتجنب الخزي.
٢- الأسر خاء والمرح والصدقة	يمزح، يزيد المودة، يسترخى، يقيم صداقة، يعطى عاطفة ويتجنب الوحدة.
٣- العنوان والقوة	يؤذى شخصاً معيناً، ويتجنب السيطرة والتحكم، ويتجنب الشعور بالضعف، ويؤثر أو يتحكم في الآخرين.
٤- خفض التوتر والصراع والتهديد	يخفض القلق ويتجنب الرفض ويتجنب الصراع أو عدم الاتحاق، يعمل ما هو صحيح ويتجنب الشعور بالذنب ويتجنب اللوم أو النقد.
٥- اللود ^(١) والمساعدة	يضع الآخرين بالود، ويقدم مساعدة ومساعدة ويزيد من الود.

(Source: "The Stasis and Flow of Behavior: Toward a Theory of Goals," by L. A. Pervin, 1983 in *Personality: Current Theore and Research* (P. 36), by M.M. Page (ed.), Lincoln: University of Nebraska Press Reprinted from the 1982 Nebraska Symposium on Motivation by permission of the University of Nebraska Press. Copyright 1983 by the University of Nebraska press).

ومن المهم أن نلاحظ هنا أننا نوحى بأن المكون الوجداني للأهداف هو الذى يعطيها قوتها الدافعية.

وأخيراً، فبالإضافة إلى هذه الخصائص المعرفية والوجدانية، ترتبط الأهداف بخطط سلوكية وهذه الخطط تتضمن تصوراً معرفياً للأنشطة الضرورية لإنجاز كل هدف، وبعض التقدير لقدرة الشخص على أداء الأنشطة الضرورية.

Affection (١)

٣- أهداف الشخص منظمة في بناء هرمي، مما يسمح في نفس الوقت بالأداء

المرر الدينامي. وما يوحى به هنا هو أن الأهداف منظمة بطريقة هرمية بحيث تتضمن بعض الأهداف في موضع أعلى وأهداف أخرى في موضع أدنى. فالشخص قد يكون لديه هدف أعلى بأن يكون سعيداً في حياته أو أن يكون طبيباً، وقد تتمثل الأهداف الأدنى في تكوين أسرة، أو مسار مهني أو كلاهما في الحالة الأولى، أو أهداف أدنى لمساعدة الآخرين والالتزام بالأخلاق في الحالة الثانية، ومع ذلك فإن بناء النسق قد يتغير بحيث يتحول ما له أهمية أكبر بحيث يصبح الهدف أقل أهمية. فبالنسبة لأحد العزبان قد يكون الأكل أكثر أهمية من الشرب. وأحياناً يكون العكس، وبالنسبة للبشر فقد يكون كون الشخص طبيباً له أهمية مرتفعة أكثر من أن يكون هرجاً. إلا أنه أحياناً يصبح كون الشخص مريضاً له مكنة أعلى. أي أنه مع وجود بناء عام للهدف، فإن الشخص قادر على تكيف هذا البناء لكي يستجيب للحاجات الداخلية والخارجية.

جانب آخر من جوانب انساق الهدف هو أن الأهداف تدخل النسق يمكن أن تكون متكاملة أو في صراع. ويكون الهدفان متصارعين عندما يكون السعي لتحقيق أحدهما متعارضاً مع السعي لتحقيق الآخر.

٤- يتضمن الأداء الدينامي انساق الهدف التثبيط والاحتفاظ والإتمام للنشاط الهادف، ماذا يعني أن هذا ينشط السعي لهدف معين؟ كيف نتمكن من الاحتفاظ بمتابعة هدف طويل المدى عبر وقت ممتد ومن خلال عقبات كثيرة؟ متى نتوقف في النهاية عن متابعة هدف؟ هذه أسئلة تتضمن أداء نسق هدف دينامي، مما يوحى بأن الأهداف حاضرة دائماً في النسق، مثل البرامج التي تخزن في الحاسب الآلي. ويمكن أن ينشط الهدف من خلال تثبيط خارجي أو تثبيط داخلي (مثل الجوع أو العطش) أو من خلال فكرة أو صورة. ويبدو أن كثيراً من الأهداف يتم تثبيطها بطريقة غير واعية كجزء من الاستجابة الآلية التي يتم تفويضها بطريقة إجابية أو سلبية (Bargh & Ferguson, 2000; Chen & Brugh, 1999). وعادة أخرى

نواجه بتبیهات بینة (مثل شخص جذاب أو طعام أو فيلم سينمائي أو برنامج تلفزيوني) نقوم بتحريكنا بشكل غير واع نحو الأهداف المتحركة التي هي مختزنة بالفعل دلائنا. وفي نفس الوقت فإن هذا التنشيط الآلي لا يعوق اتخاذ قرار أكثر وعياً يتصل بالفعل الموجه نحو الهدف. وحيث تنشط عدة أهداف، سواء بعوى أو بغير وعى، فإن قراراً يتخذ بأى الأهداف يمكن متابعته. ويتضمن التقدير سعياً يشبه ما يوحى به نموذج قيمة التوقع. ويتم تقدير القيمة أو أهمية الهدف واحتمال النجاح فى إنجازها، وأيضاً لا يحتاج هذا التقدير أن يكون على مستوى الوعى.

وبمجرد تنشيط الهدف يوجه جهد معرفى نحو تقدير كيف يمكن إنجاز الهدف على خير وجه. ويتضمن هذا تنفيذ خطط أو وسائل يمكن من خلالها تحقيق الهدف.



بطرية الهدف: إحدى التحديات التي نواجه بطريات الدافعية، وتتمثل فى تفسير كيف يستطيع الأشخاص الاحتفاظ بجهد عبر فترات ممتدة من الزمن لتحقيق أهداف بعيدة.

وتؤكد بعض البحوث المهمة، أهمية الخطط في الأفعال الموجهة نحو هدف. وهذا البحث يختبر دور المحاكاة الذهنية في التحرك من التفكير إلى الفعل (Pham & Fayler, 1999). فقبل امتحان نصف الفصل بمدة تراوحت بين "٥ و ٧" أيام طلب من مجموعات من طلاب السنوات الأولى بالجامعة تصور ذهني عن الأداء الجيد على الامتحان (أي وحود عادات دراسية جيدة) وقامت مجموعة أخرى بتمنى عائد مرغوب (أي الحصول على درجة جيدة) وقامت مجموعة ثالثة بتصور كل من عملية الأداء الجيد على الامتحان والحصول على عائد مرغوب، أما المجموعة الضابطة فلم تركز على شيء. والسؤال الذي يتم التحقق منه هو إن كانت المجموعات تختلف في عدد الساعات التي تم دراستها، والفرق بين ساعات الدراسة المخططة والساعات الفعلية، والفرق في درجة الامتحان.

وأوضحت النتائج أن مجموعة التصور الذهني للأداء الجيد على الامتحان (أو تمنى عائد مرغوب) تميزت بدرجة ذات دلالة بالنسبة لكل من إجمالي الساعات التي تمت دراستها، والتخطيط لساعات أقل للدراسة ودرجات الامتحان (نظر الحدود ٩-٢). وهذه المجموعة لم تدرس أكثر فقط، وإنما اندمجت في المزيد من التخطيط، والشعور بقلق أقل. ومع ذلك، فإن هذه المجموعة لم تقرر أنها أكثر رضا عن إعدادها أو أدائها. وذكرت أنها لن تستخدم هذه التنبهات الذهنية في المستقبل! ورغم فوائد التفكير في كيفية عمل شيء معين، فإن الأشخاص يستعدون غالبًا للتركيز في الهدف ذاته.

الجدول (٩-٢)

مجموع الساعات المدروسة والتخطيط لتقليل ساعات الدراسة الفعلية، ودرجات الامتحان كدالة ونتائج لعملية المحاكاة (التصور).

وتوضح البيانات قيمة حقيقية في عملية المحاكاة (تصور كيفية القيام بها) من خلال الساعات المدروسة والأداء على الامتحان.

مؤشر	العملية	النتائج	الحكم	
١٧,١٢	١٦,٠٧	١١,٥٧	١٤,٥	مجموع الساعات المدروسة
١,٦٠	٠,٩٧	٥,١٠	٤,٥٩	الساعات الفعلية المخطط للدراسة
٧٧,٢٨	٨٠,٦٠	٧٧,٥٧	٧٧,٦٨	درجة الانحلال (%)

(Source: "From Thought to Action of Process- Versus Outcome- Based Mental Simulations on Performance," by L.B. Pham & S.E. Taylor, 1999, *Personality and Social Psychology Bulletin*, 25P. 255. Copyright by Sage Publication and reprinted by permission).

وبمجرد الاندماج في فعل موجه نحو هدف، فإن النشاط يظل باقيًا حلال تركيز مستمر في التصور الذهني للهدف. ويؤكد كل من "كارفر" و"شير" (Carver & Scheier, 1998, 1999) وجود مقارنة مستمرة لأين يقع الشخص في علاقته بالنسبة لتصوير نقطة الغاية المرغوبة، مثل معدل الحرارة يقارن حرارة الغرفة بنقطة مرغوبة معينة. وعلى العكس من معدل الحرارة فإن الشخص يشعر بانفعالات كلما اقترب أكثر من الهدف. ووفقاً لهذين المؤلفين فإن الطابع العام لمشاعر الفرد إنما هي نتائج لجودة أو سوء التقدم نحو الهدف، مع الشعور بسعادة، عندما يحدث تقدم، ويتصاعد القلق والإحباط والحرز.

كيف يستطيع متابعة أهداف عبر فترات ممتدة من الوقت، عندما يواجه إحباطاً دورياً؟ يتضمن متابعة الأهداف طوية المدى عناصر سبق ملاحظتها، بالإضافة إلى عناصر إضافية. وبوجه خاص، فإن متابعة الأهداف طوية المدى

يمكن الاحتفاظ بها من خلال إنجازات دورية لأهداف فرعية، ومن خلال تعزيز ذاتي من خلال انفعالات مثل الفخر والخرى (Bandura, 1986, 1999, 2001). وبعبارة أخرى لكي نحتفظ بجهد على المدى الطويل لابد أن نقيم تطبيقاً متسلسلاً لأهدافنا، مع تسميات فرعية إلى أهداف مباشرة وأخرى بعيدة المدى. وأن نستطيع أن نقول لأنفسنا إننا نعمل شيئاً جيداً أو إننا لا نعمل عملاً جيداً ولا بد من بلل المزيد من الجهد مع ثوقر ما يسميه "هيجنز" Higgins للمعايير الذاتية المثالية الواجبة^(١) (انظر الفصل ٨).

وأخيراً فإننا نكمل للنشاط الموجه نحو هدف، عندما يتم تحقيق الهدف، وعندما يتم تقدير أنه من غير المجدي القيام بمزيد من الجهد، وفي هذه الحالة فإن هدفاً آخر يأخذ الصدارة بدلاً من الهدف الذي كان يوجه السلوك إليه

ينبغي أن يوضع في الذهن مبادئ أداء نسق الهدف الدينامي، وفيما يلي أربعة مبادئ أساسية، الأول: معظم أنماط السلوك المعقد تتضمن تفاعلاً بين كثير من الأهداف في نفس الوقت، فقد تسعى لسمار مهني لإرضاء كثير من الأهداف. ويطلق على هذا اسم مبدأ تعدد النوايا^(٢). الثاني: رغم أن مبدأ تعدد النوايا يوحي بأن الأهداف يمكن أن تتكامل مع بعضها الآخر، ومن ثم يمكن إنجازها متأنية، فإنه يمكن أيضاً أن تتصارع الأهداف مع بعضها. وبوجه عام فإن نسق الهدف لدى الفرد يمكن أن يعكس تكاملاً كبيراً أو صراعاً كبيراً. الثالث: قد يتم بلوغ نفس الهدف من خلال وسائل أو خطط متعددة. فتوجد أكثر من طريقة لجعل الشخص شعبياً أو ناعماً. ويطلق على هذا اسم مبدأ تساوئ الإمكانيات^(٣). أو إمكن أن يوصى هدف معين إلى أنماط مختلفة من السلوك وبعبارة أخرى، توجد أكثر من طريقة لتأديب قطة". الرابع: يمكن أن يعبر نفس السلوك عن عملية أهداف كثيرة مختلفة.

(١) Ideal And Ought Self Stand ard

(٢) M. Indetermination

(٣) Equipotentiality

فالإنسامة قد تعبر عن دفء حقيقي أو عن مشاعر عدائية، كما أن الصلح قد يعبر عن السرور عند سماع نكتة أو عن جهد لإخفاء قلق اجتماعي. وهذا يمثل مبدأ "تساوي الغاية"^(١)، أو إمكان أن تؤدي أهداف متعلقة إلى نفس السلوك؛ وبعبارة أخرى: "أنت لا تستطيع أن تحكم على كُتَلب من خلال غلافه". ويفترض أن هذه المبادئ الأربعة - كما تتمثل في تعدد النوايا، وتكامل الأهداف في مقابل صراعها، وتساوي الإمكانيات، وتساوي العايات - تمثل أساساً لفهم الحواشب الدينامية لأداء نسق الهدف.

٥- يتضمن الارتقاء زيادة توسع الجوابب المعرفية والانتفاعلية والسلوكية لنسق الهدف. ويبغى أن تصف نظرية الأهداف، كيف يتم اكتساب الأهداف، وكذلك ارتقاء أنساق الأهداف. ويفترض أن القوى الدافعية للأهداف مستمدة من ارتباطها بالوجدان. وبناء على الرأي المعروف هنا، فإنه أثناء مسار الارتقاء يربط الشخص الوجدان بالأشخاص والأشياء والأماكن وهكذا. وقد يقوم الارتباط بين الوجدان وأحد الأشخاص أو أحد الأشياء على أساس خبرة مباشرة مثل التشريط الكلاسيكي^(٢) أو مشاهدة كما في التشريط أو التعلم بالعبرة (Bandura, 1986) وأي شيء يمكن أن يصبح هدفاً من خلال ارتباطه بالوجدان.

يبدو أن الارتباط بين الوجدان والأشخاص والأشياء يكون شديداً أثناء السنوات الأولى من الحياة، أي أن كثيراً من أنواع التقصيل والتفوق مستمدة من السنوات الأولى. فمثلاً معظم الأشخاص لديهم تفضيلات لأطعمة وروائح ترجع إلى الطفولة، ومن الصعب جداً تغييرها. وفي نفس الوقت، فإن الارتباطات الوجدانية تتغير أثناء الارتقاء، حيث يتم بلوغ أهداف جديدة، وبعض الأهداف يستغنى عنها. ومفهوم أولنورت (Allport, 1961) عن الاستقلال الوظيفي له صلة بما نقول، إذ يفترض "أولنورت" أن النشاط الذي يخدم حافظاً أو حاجة قد يصبح مصدراً للسرور

Equifinality (١)
Classical Conditioning (٢)

ودافعاً مستقلاً. وفيما يتصل بالنظرية التي قدمت، فإن نشاطاً تم أدائه أصلاً لخدمة هدف معين قد يأخذ خصائص الهدف، نفسه، نظراً لارتباطه بالوحدات الإيجابية. فمثلاً الشخص قد يدرس للحصول على درجات جيدة، إلا أنه قد يتحول إلى الاستمتاع بالدراسة في ذاتها. أي أن النشاط أصبح مستقلاً وظرفياً عن جذوره الأولى.

وينبغي أن نلاحظ أن الشخص يكتسب أثناء الارتقاء قدرات معرفية متزايدة. وهذه القدرات تمكن من تعدد أكبر لتنظيم الأهداف، ومزيد من التعقيد في تنظيم الخطط لإنجاز الأهداف. ومع الارتقاء يستطيع الشخص أن يفكر في مريض من الأشياء التي يريد إنجازها أو تجنبها، ومزيد من الطرق التي يمكن من حلها لإنجاز هذه الأشياء. وبارتقاء الشخص أيضاً يصبح أكثر قدرة على التفكير في المستقبل وأن يرجئ اللذة الحالية سعياً إلى لذة متوقعة. (Michel, 1990)

وأخيراً، فمن ناحية السلوك، فإن الارتقاء يتضمن زيادة المهارات السلوكية والقدرات التي تيسر بلوغ الهدف.

ينبغي أن يكون واضحاً أن ما تم وصفه هو ارتقاء نسق هدف له شبكة علاقات معقدة من الأهداف والخطط المترابطة. أي أن الارتقاءات في أحد جوانب نسق الهدف، قد يكون لها تضمينات بالنسبة للقبعة الوحدانية للأهداف المتصلة، كما أن المهارات التي ترتقي يمكن استخدامها لبلوغ هدف آخر.

٦ يمكن فهم الاضطرابات النفسية المرضية من خلال غياب الأهداف وصراع الأهداف (الصراع بين الرغبات والمخاوف) أو مواجهة مشكلات عند محاولة تنفيذ الأهداف. وتتضمن النظرية إعادة تنظيم عناصر نسق الهدف أو الطرق التي يمكن بها تحقيق الهدف. ويمكن أن تقوم الأهداف على أساس الوحدات، بوجه عام، الإيجابي والسلبي. ولهذا يمكن الحديث عن الأهداف من خلال الرغبات

والمخاوف، ونقاط الغاية^(١) التي يسعى الشخص إلى تحقيقها (الترغبات) ونقاط الغاية التي يسعى الشخص لتجنبها (المخاوف). ويوجد دليل واضح على وجود علاقة بين أهداف إيجابية يُقبل عليها الشخص وبين تحسين الحال النفسية^(٢) (Emmons, 1999) وعلى العكس، يوجد ارتباط بين التركيز على التجنب للأهداف وبين انخفاض تقدير الذات والتشاؤم والاكتئاب (Coats, Janoff- Bulman & Alpen, 1996) ويرتبط وجود استثمار قوي في أهداف إيجابية بانفعالات ومشاعر إيجابية للإنجاز، ومع ذلك فإن الاستثمار القوي في الأهداف قد يرتبط بالقلق المرتبط بتوقع الفشل (Pomerantz, Saxon & Qishi, 2000).

وأحياناً يكون الأشخاص في كرب^(٣) لاقتادهم الأهداف. وهذا يصنف بوجه خاص في نهاية المراهقة وبداية الرشد، عندما لا تكون أهداف المسار المهني قد تحددت بعد، أو أثناء مرحلة التقاعد عندما ينبغي إيجاد بديل عن نشاط العمل يشغل جزءاً مهماً من حياة الفرد، ويكون الأفراد غالباً في كرب بسبب الصراع بين الأهداف. فمثلاً، يشعر الأشخاص غالباً بصراع الإقدام- الإحجام بين هدف الود (الإقبال) وهدف تجنب العصف بتقدير الذات (تجنب). وعندئذ تكون مهمة العلاج النفسي هي مساعدة الشخص على أن يجد وسائل تحدث تكاملاً بين الأهداف التي كانت من قبل متصارعة؛ ففي المثال السابق، مساعدة الشخص على أن يحصل على الود دون خوف لفقدان دال لتقدير الذات. وينبغي أن يلاحظ هنا أن العلاج قد يتضمن صراعات نوعية بين الأهداف، إلا أنه يمكن أن يتضمن إعادة تنظيم لنسق الهدف، وهذا لا يحتاج أن يدخل في هذا تكوين نسق جديد للأهداف، وإنما إقامة علاقات جديدة بين الأهداف، وتكاملاً عاماً أكثر داخل نسق الهدف. وتشبه هذه البطرة للتعبير العلاجي تأكيد كيلي^(٤) (Kelly, 1955) لتغيير البناء في نسق الساء

End Points (١)
Psychological Well Being (٢)
Distress (٣)

الشخصي^(١). وباستثناء هذه الأهداف يتم تأكيد البهائم. وخلال هذه الارتقاءات يظل الشخص أساساً كما هو، رغم أنه يضر تغيراً أساسياً.

وما تمت محاولته هنا هو تصور واسع لأداء وفق الهدف. والتأكيد هنا على جوانب أداء للنسق الدينامية، وعلى التفاعل بين المعرفة والوجدان والسلوك. وكما لاحظنا، فإن هذا الأداء أو التوظيف يشبه وجهات النظر الأخرى التي تؤكد الغرضية الموجهة نحو هدف لأداء الشخصية. ومن الواضح أنها متأثرة بالنماذج المرتبطة بالثورة المعرفية، التي تؤكد على العائد^(٢) وأنساق التحكم. وفي نفس الوقت، فهي متأثرة أيضاً بوجهات النظر إلى الكائنات الحية ككائنات مدفوعة بدوافع ذات غرض، وموجهة نحو هدف (Pervin, 1983). وربما كان أهم ما يميز هذا النموذج عن غيره من النماذج الحالية هو التأكيد على الوجدان، وبوجه خاص، على دور التشريط الكلاسيكي للوجدان في اكتساب الأهداف. ومعظم النماذج الأخرى تعطي اهتماماً أقل للوجدان ولمسألة كيف يتم اكتساب الأهداف في المرتبة الأولى. وسوف يعود إلى هذه النقطة فيما بعد في هذا الفصل. وربما وجدت نقطة أخرى للتمييز هي الاعتراف بالأهمية الممكنة للأهداف غير الشعورية، رغم عدم وجود وسائل لتقدير هذه الأهداف. والآن لنبدأ بهذا المفهوم الواسع ونسمع في حسابنا مختلف برامج البحث التي أكدت على الأهداف، وعلى حركة الشخص من التفكير إلى الفعل.

الأهداف، وتنظيم الذات، والفعل: برامج بحثية:

سنركز في هذه الفقرة على برامج بحثية نوعية، نركز على مفاهيم الهندس. وسنركز أحياناً على تنظيم الذات^(٣) أو على العمليات الداخلية التي تراقب التقدم نحو بلوغ هدف، ونوجه جهداً للربط بين المتغيرات المعرفية والوجدانية والدافعية في

Personal Structure System (١)

Feed- Back (٢)

Self Regulation (٣)

صورة شاملة لحركة الشخص نحو الفعل. وكما سنرى يوجد فرق بين المساحي التي يمكن استخدامها. ومع ذلك فإن ما يوحّد بينهما للمناقشة هنا هو التأكيد المشترك على مفهوم الهدف كطريقة لتصوير فكر الشخص وفعله.

نموذج باندورا لمعايير الأهداف وتنظيم الذات:

تمت الإشارة في عدد من المواضيع إلى نظرية المعرفة الاجتماعية^(١) لـ "ألبرت باندورا" في الفصل "٣" فيما يتصل بالوحدات المعرفية للشخصية، وفي الفصل "٨" فيما يتصل بالاعتقادات في كفاءة الذات^(٢). وهنا يؤكد على محلي الدافعية لديه أهم "باندورا" (Bandura, 1999, 2001) اهتماماً كبيراً بالعملية الوجدانية والدافعية، وهو يستمر في إخفاء عمله الدافعي في إطار مؤرّفي: "إن القدرة على الدافعية الذاتية والفعل الهادف تمتدّ جوهرها في النشاط المعرفي، فأحداث المستقبل لا يمكن أن تكون أسباباً للدافعية الحالية أو الفعل. ومع ذلك، فمن خلال التصور المعرفي في الحاضر تتحول أحداث المستقبل المتصورة إلى دوافع ومنظمات للسلوك" (P.19, 1989b). وكما سبق أن افترضنا في العرض السابق لنظرية الأهداف، فإن تصور الأهداف والنشاط المعرفي، هو الذي يؤثر في السلوك حالياً. ويؤكد "باندورا" أن النشاط المعرفي يتبدى في تصور أهداف، وفي توقع نتائج من مختلف الأفعال، وعمل أنواع من العزو لأنواع من النجاحات والفشل في الماضي، ويقوم بتقديرات لكفاءة الذات. كما يؤكد إمكان وجود جهد إنساني أو إمكان ممارسة الأشخاص نوعاً من التحكم في نوعية الحياة، وهذا بالنسبة له جوهر الإنسانية

وللنظر الآن إلى وجهة نظر "باندورا" لعملية الفعل كما تتخلّق، مع التركيز على تأكيد على المتغيرات المعرفية ودورها الذي تلعبه في تنظيم الذات. يمكن أن تبدأ عملية الفعل بوجود هدف أو معيار. فالنوعية لـ "باندورا" تمثل المعايير

Social Cognitive Theory (١)

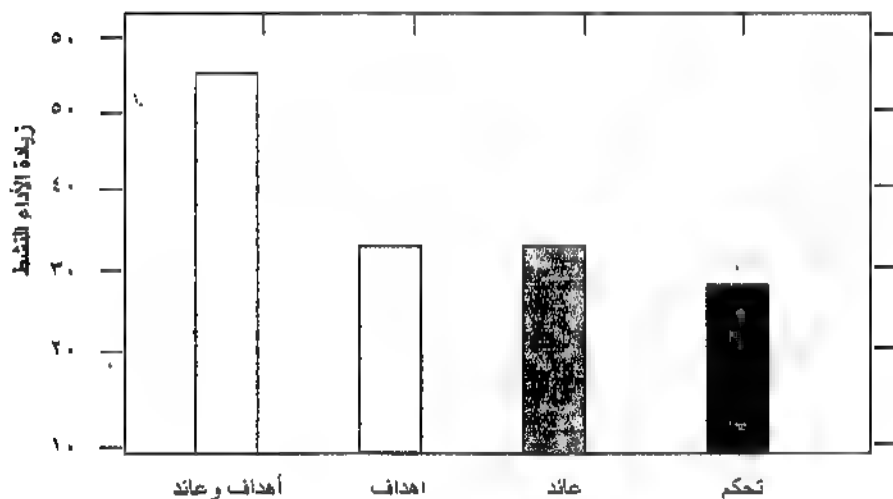
Self-Efficacy Beliefs (٢)

الداخلية^(١) أهدافاً بالنسبة لنا لكي نحققها وأساساً لتوقع التعزيز من الآخرين أو من أنفسنا. والذي ينشط الفرد هو إقامة هدف أو معيار، وبقيدر الجهد المتلزم لتحقيق المعيار، ومع النتائج المتوقعة لتحقيق أو عدم تحقيق المعيار، يوحد أمران لهما أهمية خاصة يجب أن يوصعا في الذهن: الأول أن "باندورا" يؤكد كلاً من المعززات الداخلية والخارجية، فيما يتصل بتحقيق أو عدم تحقيق المعيار. وعلى هذا فإن العجز في حالة تحقيق المعيار، والشعور بالذنب أو الخزي عند الفشل، ينظر إليهما على أنهما قوى داخلية لتنظيم الذات. ومن خلال هذه العمليات للتعزيز الذاتي نستطيع أن نحتفظ بالسلوك عبر فترات ممتدة من الوقت في حالة غياب معززات خارجية. ثانياً: يفترض "باندورا" أن قوة الدافعية ليست مستمدة من الأهداف ذاتها، وإنما نتيجة أن الأشخاص يستجيبون بطريقة تقويمية لسلوكهم. وبعبارة أخرى، فإن الأهداف تنشئ المعايير للتقويم الإيجابي أو السلبي للذات، على أساس التقدم نحو، أو البعد عن، تحقيق الأهداف.

هل يوجد دليل على وجود دلالة دافعية للأهداف؟ في دراسة لبيل جهد في الأداء، أثبت "باندورا" أن الأشخاص الذين لا يحدون أهدافاً لأنفسهم، يبذلون جهداً أقل ويتم تجاوزهم في الأداء، من خلال من يحدون لأنفسهم أهدافاً منخفضة، وهؤلاء يتم تجاوزهم في الجهد والأداء من خلال من يحدون لأنفسهم أهدافاً تتسم بالتحدي لأنفسهم. إذ إن الشخص عندما يحدد معياراً أو هدفاً، يقوم بتقدير أحسن خطة أو استراتيجية لتحقيق الهدف، ولمقدار الجهد اللازم. ويعتمد الشخص خلال متابعته للهدف على عائد المعلومات المتصلة بالتقدم نحو الهدف. وفي بحث يتصل بهذا الموضوع (Bandura & Carvone, 1983) يقوم الشخص بأداء نشاط كبير في أحد الظروف الأربعة التالية: وجود أهداف مع عائد عن الأداء. - وجود أهداف فقط. - وجود عائد فقط. - غياب الأهداف والعائد. وبعد هذا النشاط، الذي يتصب

Internal Standard (١)

أنه جزء من مشروع لتخطيط وتقييم برامج ما بعد العلاج^(١)، يقدر المبحوثون درجة رضاهم أو عدم رضاهم عن أدائهم لنشاطات كبيرة تالية، كما تمت إعادة قياس أدائهم النشاط. وبناء على الفرص السابق، فإن الطرف الذى يجمع بين عائد كل من الهدف والأداء له تأثير دافعى قوى، بينما لا يوجد تأثير يمكن مقارنته بالنسبة لكل من الأهداف فقط والعائد فقط، (انظر: الشكل ٩-٢) أى أن كلاً من الأهداف والعائد لازمًا للأداء النشاط.



الشكل (٩-٢)

متوسط النسبة المئوية للزيادة فى أداء النشاط فى ظل ظروف تتوع فى الهدف وعائد الأداء. ويوضح هذا الشكل أهمية المعلومات عن عائد الأهداف والأداء بالنسبة للدافعية.

(Source: From "Self- Evaluation and Self- Efficacy Mechanisms Governing th Motivation Effect of Goal Systems, " by A. Bandura and D. Cervone, 1983 *Journal of personality and Social Psychology*, 55, p 1021 Copyright 1983 by th American Psychological Association Reprinted by permission)

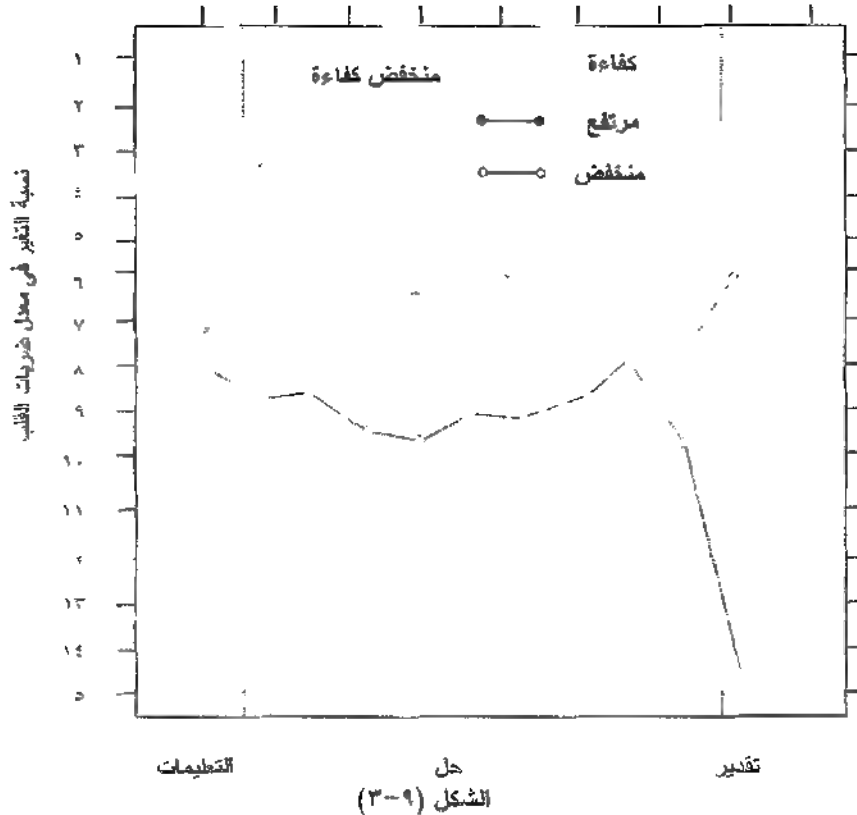
ويتبين من المافضة السابقة لعمل "دورا" أن معتقدات كفاءة الذات تلعب دوراً أساسياً في عملية تنظيم الذات. ففي البحث السابق، يتم أيضاً الحصول على مقاييس لكفاءة الذات المدركة لكل مستويات الأداء الممكنة. وبناء على الفرض السابق، وكما يتبين من الشكل (٨ ٢) - بالفصل (٨) فإن الحيد التالي يكون أكثر شدة عندما يكون الأشخاص غير راضين عن المعيار الفرعى للأداء، ومرتفعين على أحكام كفاءة الذات لحدوة تحقيق الأهداف. وهذا الأثر لا يحدثه عدم الرضا وحده ولا الأحكام الإيجابية لكفاءة الذات وحدها. مما يمثل تأييداً لنظرية أن الأهداف لها قوة دافعة من خلال أحكام تقويم الذات وكفاءة الذات.

والآثار الدافعية لأحكام تقدير الذات كثيرة، أولاً: أحكام كفاءة الذات لها تأثير على مستوى الالتزام بالهدف. وكما لاحظنا فإن معتقدات كفاءة الذات تؤثر في مقدار الجهد المنزول. كما أنها تؤثر في أى نوع من التحدى يبضعه الشخص في حصابه، ومدة متوأمته على مواجهة العقبات. أى أننا عادة ستواجه تحديات صعبة فقط إذا كان لدينا شعور بأننا قادرون على مواجهتها. ويغلب ألا نمتطيع المتوامة إذا اعتقدنا في عدم جدوى بذل المزيد من الجهد. ثانياً: لأحكام تقدير الذات تأثير على أرجاعنا الانفعالية للمهمة وعلى إنتاجية جهوننا، أى أنه شت أن الأشخاص ذوي المستوى المرتفع من معتقدات كفاءة الذات يكونون أقل شعوراً بالمشقة من الذين يدركون أنفسهم على أنهم أقل كفاءة رافئاً، أثناء أداء مهمة، ويتم قياس المشقة عن طريق معدل ضربات القلب (انظر: الشكل ٩ ٣). ويرتبط إدراك قلة الكفاءة والتوجه نحو تحقيق الهدف بالشعور بالاكئاب، فى مقابل المزاج الإيجابى المرتبط بالاستمرار فى الكفاح لتحقيق الهدف المرتبط بإدراك الكفاءة. والشخص الذى يدرك نفسه على أنه أقل كفاءة دائية، تحدث له المزيد من الانفعالات عند مواجهة مواقف معقدة لاتخاذ قرار ويتشتت تفكيره ويصبح غير حاسم. وبمعنى آخر، قد تؤثر المعتقدات على أشخاص كفاءة الذات بالإحلال بالانشطة المعرفية ذات الأهمية

الحبوية لمتابعة الهدف.

أما الطريقة الثالثة التي تلعب فيها معتقدات كفاءة الذات دوراً مهماً في أداء الدور، فهو تأثيرها على إنشاء المزيد من المعايير. وكما هو واضح من المناقشة السابقة، تؤثر معتقدات الكفاءة الذاتية في الأرباح الانفعالية والمعرفية للعروق بين المعايير والأداء، سواء أصبح الشخص لديه دافع، أو شُبطت همته، إذا لم يحقق معياراً. فهو يتأثر بمعتقدات كفاءة الذات الحاصلة بالقيمة الممكنة لمزيد من الحمس. يضاف إلى هذا أن معتقدات كفاءة الذات تؤثر في أرجاع بلوغ الأهداف كذلك. وبسمد فرحا أكبر من عروء النجاح لكفاءة الذات كثر مما يعزوه إلى الحظ. أكثر من هذا، فإنه يرجح أن الفرد سينشئ معايير جديدة أعلى للأداء إذا شعر بأنه أكثر ثقة في قدرته على مواجهة هذه المعايير الأعلى.

ويعد إنشاء معايير جديدة وأعلى لبلوغ الهدف، مسألة مهمة بالنسبة لـ "باندورا" لأنه يكمل ويعيد عملية تنظيم الذات. ووفقاً لـ "باندورا" بعد أن يبلغ الأشخاص المعيار الذي يتبعوه، فإن من لديهم شعور قوى بكفاءة الذات يقيمون معياراً أعلى لأنفسهم. وينبذون المزيد من التحديات ويطلقون عروقاً دافعة للتحكم فيها (Bandura, 1990, P. 99). أي أن بلوغ الهدف لا ينتج عنه توقف النشاط، بل إن الشخص على مستوى أعلى للأداء. ونظراً لأن الذي له أهمية دافعية هو نتائج تقويم الذات المتوقع أكثر من الأهداف نفسها، فإن بلوغ الهدف يسبج عن المزيد من المبادأة في الجهد الموجه نحو الهدف. وإنشاء معيار آخر يعيد عملية السلوك المنفوع التي تم وصفها من قبل.



نسبة التغيرات في معدل ضربات القلب التي تصدر عن المبحرئين الذين يشعرون بكفاءة الذات، أو عدم كفاءتها، عندما يتلقون تعليمات لمهمة حل المشكلات.

ويوضح هذا الشكل أن من لديهم مهارات بكفاءة الذات يشعرون بمشقة أقل (مقابلة في ارتفاع معدل ضربات القلب) عند العرض لحل مشكلة، بالمعبرة بمحفص الإيعاد في كفاءة الذات.

(Source: From "perceived Self-Efficacy in Coping With Cognitive Stressors and Opio'd Activation," by A. Bandura, D. Cioffi, C.B. Taylor, and M.E. Brouillard, 1988, *Journal of Personality and Social psychology*, 55, p.484 Copyright 1988 by American Psychological Association Reprinted by permission)

وقيل أن نختم مناقشتنا لنظرية "باندورا" ينبغي أن نذكر كلمة حول ما يقوم به من تمييز بين نماذج الأهداف. وهذا التمييز له قيمة خاصة للأفراد الذين يكافحون مع المشكلات الدافعية. هل بعض الأهداف تعد أكثر حفزاً للدافعية من أهداف أخرى؟ يفترض "باندورا" أن الأهداف الواقعية وقصيرة المدى تؤدي إلى دافعية ذاتية، أكثر من الأهداف الغامضة وغير الواقعية، وغير المثيرة للتحدي وبعيدة المدى. فالأهداف الصريحة يتم رؤيتها على أنها تحسن في الأداء الموجه نحو هدف أكثر من النوايا العامة لبذل أقصى جهد.

ويوحى "باندورا" أنه من خلال التحدي يعمل الأشخاص بجهد أكثر ويؤدون أداء أفضل لأهداف أعلى. ورغم أن الأشخاص قد يرفضون الأهداف غير الواقعية، فإنهم يوافقون بثبات الأهداف المتحدية ويفضلونها على الأهداف التي تبدو شديدة السهولة أو غير متحدية.

وأخيراً يمكننا أن ننظر في الآثار المعارضة للأهداف القريبة^(١) بالنسبة للأهداف البعيدة^(٢) ونعرض هنا كلمات باندورا عن الحكمة:

"يحتفظ أفضل بالدافعية الذاتية من خلال سلسلة من الأهداف الفرعية القريبة التي ترتب ترتيباً هرمياً لضمان التقدم المتتابع نحو أهداف أسمى... إن متابعة هدف عظيم يمكن أن يوفر مستوى مرتفعاً من الدافعية شرط تدرجته إلى أهداف فرعية تمثل نوعاً من التحدي لكن من الواضح أنه يمكن بلوغها بمزيد من الجهد" (Bandura, 1996, P.44).

ويوحى "باندورا" بأنه يمكن أن يكون للشخص أهداف بعيدة، إلا أنه يمكنه إحراز تقدم شخصي أفضل عن طريق ترجمة هذه الأهداف البعيدة إلى أهداف فرعية مباشرة، وعندئذ كلما اقترب الشخص من تحقيق أهداف بعيدة، يصبح لوعياً أكثر احتمالاً مما كان الحال قبل ذلك.

Proximal Goals (١)

Distal Goals (٢)

وهنا فإن دراسة أطفال متأخرين وغير مهتمين بالرياضيات، فإن الهدف الغريب يعد أفضل مقارنة بالهدف البعيد، وأفضل من عدم وجود هدف فيما يتصل بتحسين الأداء وزيادة كفاءة الذات وزيادة الاهتمام الداخلي بالرياضيات (Bandura & Shunk, 1981). باختصار فإن الشخص الذى يعانى من صعوبات دافعية قد يضع فى حسبلته أهدافاً شديدة الغموض وغير واقعية، وأهدافاً شديدة البعد فسى المستقبل نون ترجمة إلى الحاضر. وبعبارة أوضح، لزيادة القوة الدافعة للأهداف ينفى أن تكون نوعية، وواقعية ومتحدية، وترتبط بالمستقبل من خلال متابعة مباشرة.

لدينا هنا نظرية "باندورا" للأهداف وتنظيم الذات، التى تؤكد تأكيداً كبيراً على العمليات المعرفية. وس حلال النظرية تدخل العمليات المعرفية فى إقامة معايير أو أهداف، وعمليات معتقدات كفاءة الذات، وعمليات تقويم الذات. وللنظرية أوجه شبه بالنماذج الأخرى التى قدمت، فمثلاً يمكننا التفكير فى تأكيد "هيجينج" (Higging) لمعايير الذات (المثالية وما يسعى) وفى نظرية التحكم التى تؤكد خفض الفروق بين المعيار ومستوى الأداء الفعلى. ومع ذلك فمن المهم ملاحظة الفروق. ففيما يتصل بنظرية التحكم لـ "كارفر" و"شير" (Carver & Scheier) التى تمت مناقشتها فى الفصل السابق، يوحى "باندورا" بأن نظريته تولى اهتماماً أكبر بالشخص بوصفه عنصراً فعالاً فى إقامة الأهداف والمعايير. ويوحى بأنه فى نموذج "كارفر" و"شير" لا يقوم الفرد بشيء بعد إجاز المعيار، بينما الشخص فى نمودجه بنشئ معياراً جديداً من خلال توقع نتائج تقويم الذات لمواجهة المعيار الجديد. وعلى هذا ففى نموذج "باندورا" يتم النظر إلى الشخص على أنه أكثر استباقاً^(١) وتنظيماً للذات، أكثر منه فى نظرية التحكم. ويمكن أيضاً مقارنة نظرية "باندورا" بنظرية قيمة التوقع. ورغم وجود أوجه للتشابه هنا أيضاً، فإن "باندورا" يرى أن نمودجه يسولى

تأكيداً أكثر لعمليات الأحكام والعمليات الإشكالية ولأهمية معتقدات كفاءة الذات أكثر مما توليه نظرية قيمة التوقع، ومن خلال العمليات الحكمية، و يوحى "باندورا" أن الأشخاص يعملون أحياناً من خلال تحيزات معرفية أو معرفة ناقصة. وليس من الضرورة أن يكونوا غير عقلانيين، ولكنهم يقومون بتقدير احتمالات خاطئة، وبتقديرات توقع ترجع إلى معرفة ناقصة وقصور في مهاراتهم في معالجة المعلومات. ويوحى بأنه ينبغي أن نميز بين ناتج التوقعات ومعتقدات كفاءة الذات، إذا أردنا أن نحسن من التنبؤ بالسلوك، ووفقاً لـ "باندورا" يملك الأشخاص بطريقة مختلفة وفقاً لما إذا كانوا يعتقدون أو لا يعتقدون في قدرتهم على التأثير في النتائج. إنها ليست مسألة مركز للتحكم وإنما تقديرات للذات تتصل بالمهارات اللازمة لمواجهته متطلبات الموقف. كما أن "باندورا" يوحى بأن تسممينات أحد النواتج تختلف حسب إن كان نظر إليها، أو لم ينظر، على أنها تتوقف على كفاءة الشخص. وأخيراً يؤكد "باندورا" القوة الدافعة لتتابعات تقويم الذات أكثر من القوة الدافعة للأهداف نفسها، كما تمت الإشارة إليه في العرض المبدئي لنظرية الأهداف. وبناء على "باندورا"، فإن السرور لا يوجد في الهدف نفسه، وإنما في متابعة هذا الهدف. فالشخص لا يرضى بما يحققه من إنجاز، وإنما ينبغي أن يندمج في عملية معايير جديدة لبلوغها. وتوجد مشكلتان بخصوص هذا النموذج، الأولى: أن "باندورا" يمرض دليلاً تجريبياً يؤكد وجهة النظر التي تذهب إلى أن الرضا عن الذات ومعلومات العائد لها أهميتها للدافعية. وهو لم يستبعد احتمال وجود سرور في الهدف ذاته. وبتأنيده قد تكون متحيرة بوجه حاصر لتأكيد البحث على موافق الأداء أكثر من أنواع المواقف الأخرى التي تتضمن فيها الأهداف. فمثلاً ليس من الممكن الحصول على سرور مستمر في مستوى معين من المودة دون معنى ضروري دائم عن مستويات أعلى من المودة، هل الصداقة، أو الجنس، أو الكتاب، جيدة في حد ذاتها دون أن تستجيب لمعيار أعلى؟

أما المشكلة الثانية: يُسلم الدليل الوحيد على نتائج تقويم الذات، إلى السؤال:

من أين جاءت الأهداف في المرحلة الأولى؟ والواقع أن ساندورا يوحى بأن الأهداف تكتسب على أساس التعزيز المباشر من الآخرين، أو من خلال مشاهدة آخرين يقيمون أو يستجيبون لمعايير، وهذه الأخيرة تتضمن عملية تعلم شعورى و تتسربط بالعبارة: ومع ذلك ففي كلتا الحالتين يوجد افعال منصمن بطريقة مباشرة من خلال معاناة انفعالات الآخرين (من خلال العبارة) الذين يحققون أو لا يحققون المعايير. وبعبارة أخرى، يبدو من النموذج أن الأهداف (المعايير) ترتبط بمشاعر أكثر من مجرد الارتباط بعملية الحركة قريباً أو بعيداً عنها. ووفقاً لهذه الوجة من النظر، فإننا نشعر بحالة جيدة ومكافأة لأنفسنا إذا اقتربنا من الهدف (المعيار)، لكن هذا لا يحول دون الاستمتاع الكامل بالهدف نفسه. إن الشخص يشعر شعوراً طيباً لفوزه بالجائزة، ليس مجرد أنه قام بعمل جيد، ولكن لأن الجائزة فى ذاتها أمر مُرضٍ.

المشاريع الشخصية، والكفاحات الشخصية، ومهام الحياة:

أكد عدد من علماء نفس الشخصية البناء القصدى للشخصية فى علاقتها بأهداف نوعية وفردية وتتصل بالسياق. وقد أطلقت عدة أسماء على هذه الأهداف مثل: اهتمامات حالية^(١) (Klinger, 1977)، والمشاريع الشخصية^(٢) (Little, 1983; Play & Little, 1999; 1989) وكفاحات شخصية^(٣) (Emmons, 1989a, 1989b, 1999) ومهام الحياة^(٤) (Cantor, 1990a). ومع ذلك فكلها تشترك فى تأكيد سلوك التوجه نحو هدف، ومن ثم يمكن وضعها فى الحسان جميعاً فى هذه الفقرة.

وسوف نعرض فى الفقرة التالية السحوث المتصلة بالمشاريع الشخصية والكفاحات الشخصية وكذلك نصنع فى حسابنا مفهوم مهام الحياة، نظراً لارتفاعه النظرى الأكثر تفصيلاً. وأحراراً تحتم هذه الفقرة بمناقشة السحوث الحديثة اسى

(١) Current Concerns

(٢) Personal Projects

(٣) Personal Struggles

(٤) Life Tasks

تتصل بأهداف الاندماج والإحجام.

بحوث ليدل حول المشاريع الشخصية:

يعرف كل من "ليدل" و"سالير" (Little, 1999; Palys & Little, 1983)، المشروع الشخصي بوصفه مجموعة ممتدة من الأفعال لها صلة بالشخص، يقصد بها تحقيق هدف شخصي. وقد تتراوح المشاريع الشخصية بين ما يبدو أنواعاً من السعي العادي في الحياة اليومية، مثل إرسال الملابس للمغسلة، إلى هموم الحياة مثل تحرير شعبي. وفي أي وقت يكون الشخص مندمجاً في عدد قليل أو كثير من المشاريع الشخصية وفقاً لـ "ليدل" Little فإن المشاريع الشخصية تمثل وحدات طبيعية للتحليل لعلم نفس الشخصية الذي يختار أن يتعامل مع العمل الحاد حول كيف يحقق الأشخاص من خلال أنواع الحياة "المعقدة" (Little, 1989, P. 15).

كيف يمكن تقدير المشاريع الشخصية؟ يوحى ليدل باستخدام منهج تحليل المشاريع الشخصية^(١)، وأول خطوة في هذا المنهج استنارة المشاريع الشخصية للشخص. أي أن المنهج يعتمد أساساً على التقرير الذاتي. والمبحوثون لهم حرية ذكر أي مشاريع شخصية يعتقدون أنها تتصل بهم، قلّت أو كثرت، كما يرون. وقد عرض مثال للمشاريع الشخصية في الحول رقم (٩-٣).

(١) Personal Projects Analysis Method (PPA) (م. ت. م.)

الجدول رقم (٩-٣)

أمثلة من المشاريع الشخصية تم الحصول عليها من طلبة جامعة في المرحلة

الأولى من منح تحليل المشاريع الشخصية (PPA)

- إنهاء ورقة بحث عن التاريخ.
- تقدير وزني "١٥" رطلاً.
- تخصيص وقت للحياة الروحية.
- العذابة بخالتي التي تحتضر.
- مشاهدة انصارات بادي تورنر على فيترو.
- ترك أظافر أصابعي تطول.
- مقابلة أصدقاء جدد.
- كتابة امتحان المراجعة.
- اكتساب أصدقاء مشهورين.
- تصوير ألي وأمي.
- الانتباه أكثر لسلوكي.

(Note. PPA= Personal Project Analysis.

Source: "Personal Projects Analysis: Trivial Pursuits, Magnificent Obsessions, and the search for Coherence." by D. Little, 1989, in *Personality Psychology. Recent Trends and Emerging Directions* (p. 18), by D.M. Buss and N. Cantor (Eds.), New York: Springer- Verlag. Reprinted by permission of Springer- Verlag).

ويغلب أن يذكر الأشخاص "١٥" نموذجًا للمشاريع، ثم يطلب منهم تقدير كل مشروع شخصي على أساس عدد من الأبعاد، مثل الأهمية، والمتعة، والصعوبة، والنقد، والتأثير الإيجابي، والتأثير السلبي. ويُذل الجهد هنا للحصول على معلومات تتصل بالمعنى، والبناء، والمتعة، والفعالية المرتبطة بكل مشروع شخصي، كما يقدر نسق المشروع الشخصي للشخص ككل: هل يشعر الشخص أن المشروعات ذات قيمة مرتفعة أم لا قيمة لها؟ هل يتم الشعور بأن المشروعات منظمة أم مبعثرة؟ هل يشعر الشخص أن متطلبات هذه المشاريع في وسعه الشخصي مواجهتها؟ هل يشعر الشخص بتقديم فيما يتصل بالمشاريع الشخصية

ويترك منهج تحليل المشروعات الشخصية فرصة كبيرة لكى يستجيب الأشخاص من خلال إدراكهم الخاصة وخبراتهم. وهو من إذ يسمح للباحث أن يضيف أبعاداً لها أهمية خاصة، وفقاً لتقدير المبحوث للمشاريع الشخصية (مثل الأهمية، والصعوبة وإمكان التحقيق) بالإضافة إلى ذلك، يمكن سؤال المدعوين أسئلة مثل هل كل مشروع ييسر أو يتعارض مع المشروعات الأخرى أو لا علاقة له بها. وتحليل مصفوفة المشاريع الشخصية للفرد (أى تقدير المشاريع على أساس الأبعاد) يمكن أن يتم من خلال المضمون، والدرجة الكلية على الأبعاد، والبناء. فمثلاً يذكر "ليتل" أنه رغم أن المشاريع الشخصية يمكن ترتيبها هرمياً، فإنه يمكن فهمها أكثر من خلال بناء النافذة^(١)، وبعبارة أخرى بدلاً من أن ترتب المشاريع الشخصية على سلم هرمي، فإن لها ارتباطات متبادلة، وكل مشروع شخصي قد تتكون له ارتباطات متعددة بالمشاريع الأخرى وكذلك أسباب متعددة للوجود كمشروع، ووسائل متعددة للتنفيذ. وتحليل تقديرات الآثار المتبادلة للمشاريع الشخصية، من حيث كونها تسهل، أو تعوق بعضها الأخرى، أو لا صلة لها ببعض، مما يعطى مؤشراً بالمستوى العام للصراع، أو الاتساق فى النسق أى أن المشاريع الشخصية تعامل على أنها أنساق أكثر منها وحدات معزولة.

ما هي تضمينات هذه التحليلات؟ يلاحظ "ليتل" وجود علاقة بين تقارير الرضا عن الحياة وترتيب المشروعات على أنها منخفضة المشقة ومرتفعة فى النتائج الإيجابية والتحكم. ووفقاً له فإن الرضا وعدم الرضا يتمركز فى مجالات المشقة - والكفاءة المرتبطة بالمشاريع الشخصية للفرد. ونتائج المشروع أو مدى اعتقاد الأفراد أن مشروعاتهم يمكن إكمالها بنجاح هي أحسن المتنبئات بالرضا عن الحياة أو اكتشاف المزاج. ووفقاً لـ "باندورا"، فإن "ليتل" يوحى بأن "الرضا بالكفاءة" -

مشروعاتنا الشخصية بطريقة ناجحة يبدو أنه عامل حيوي في إن كذ سننجح انفعاليًا، أو يؤدي بالحياة إلى نوع من الاكتئاب الشديد" (p. 25, 1989). وكذلك وفقًا لـ "باندورا" فإننا سنجد في المشاريع قصيرة المدى للمتعة ومتوسطة الصعوبة إرضاء أكثر من المشروعات طويلة المدى التي يستمد منها القليل من المتعة المباشرة (Palys & Little, 1983).

جانب آخر مهم من هذا الحصة من البحوث، هو الجهد لربط المشاريع الشخصية بالمفاهيم الأخرى للشخصية مثل السمات، هل ترتبط سمات الشخصية والمشاريع الشخصية كل منهما بالآخر؟ استخدم "ليتل" بطارية اختبارات N E O-P (الفصل ٢) كمقياس لسمات الشخصية، ووجد نمطًا قويًا من العلاقات بين متغيرات المشروع الشخصي ومتغيرات السمات. وحديثًا بالملاحظة وجود علاقة بين درجات العصابية في بطارية "ليتل"، والدرجات المرتفعة من المشروع الشخصي الحاصلة بالمشقة والصعوبة والتأثير السلبي ونقص النجاح ونقص التقدم، وضالة الناتج المتوقع. بالإضافة إلى أن درجات الوعي بالذات على بطارية "ليتل" وجد أنها ترتبط بكل من التمتع والتحكم والناتج وتقييمات التقدم في المشاريع الشخصية. والخلاصة أن بحوث "ليتل" حول المشاريع الشخصية، تؤكد الجوانب القصيرة والنسقية لأداء الشخصية والجهود مستمرة لبحث وظيفة المشاريع شخصيًا في علاقتها بسياقات اجتماعية وموقفية نوعية. وكذلك لتكوين علاقات مع متغيرات الشخصية الأخرى.

بحوث "إيمونز" حول الكفاحات الشخصية

يعرف "إيمونز" (Emmons, 1989a, 1989b, 1999) الكفاح الشخصي بأنه نمط متسق من كفاحات الهدف يملأ ما يحاول الشخص عبادة أن يفعله وتفسير الكفاحات الشخصية إلى الأنماط النموذجية من الأهداف التي يامل الشخص في تحقيقها

في مختلف المواقف. ومن أمثلة الكفاحات الشخصية "جعل الأشخاص المهمين يلاحظونني"، و"القيام بأكثر قدر ممكن من الفكاكة"، والقيام بأكثر ما أستطيع من أشياء لمساعدة الآخرين، وتجنب الجدل ما أمكن ذلك. ومن المهم هنا أن نلاحظ أن الكفاحات الشخصية تتضمن كلاً من الأشياء التي يحاول الشخص تجنبها، أي أن الكفاحات الشخصية قد تكون إيجابية أو سلبية. ويختلف الأفراد في مدى كون الحياة مكونة من كفاحات إيجابية أو سلبية.

وثمة عدد من ملامح التميز للكفاح الشخصي يلاحظها "إيمرنز"، أولاً: أنها فردية خاصة أو فريدة^(١)، وخاصة بالفرد من خلال الأهداف التي يتجمع ديمًا بينها لتكوين الكفاح الشخصي، كما أنها طرق يحاول الفرد من خلالها التعبير عن الكفاح الشخصي، رغم أن الكفاحات الشخصية قد تكون فريدة أو مشتركة أو ناموسية للكفاحات الشخصية، انظر: الجدول رقم (٩-٤) أمثلة لفئات من الكفاحات شخصية.

الجدول رقم (٩-٤)

فئات مضمون الكفاحات

الفئات	مثال
- إيجابي	التفكير في حاجات الآخرين.
- سلبي	لا أجعل كثيراً من الأشخاص يقتربون مني.
- داخل الأشخاص ^(٢)	أتجنب العلق حول العلاقات الاقتصادية.
- بين الأشخاص ^(٣)	أقنع الآخرين لأنني على صواب.

Idiographic Unique (١)

Intrapersonal (٢)

Interpersonal (٣)

إحتياز	أعمل لتحقيق مناهضات رياضية مرتفعة.
الانتماء ^(١)	أحسن التعامل مع الآخرين بهذا يعترفون بي.
الود ^(٢)	أساعد أصدقائي وأحطيم يعلمون أنني أعتنى بهم.
القوة	أضطر الرجال أن يظهرُوا المودة في علاقاتهم.
النمو الشخصي والصحة	أنمى لدى شعوراً بكفاءة للذات.
استعراض الذات	أهتم دائماً بمظهري للجسمي.
الاستقلال	أأخذ قرارات منفرداً.

(Source: "The Personal Striving Approach to Personality," by R.A. Emmons, 1989, in *Goal Concepts in Personality and Social Psychology* (p. 100), by L.A. Pervin (Ed.), N.J.: Lawrence Erlbaum Associates. Reprinted by permission of Lawrence Erlbaum Associates, Inc).

والخاصية الثانية للكفاحات الشخصية، هي أنها تشمل على مكونات معرفية ووجدانية و/ أو / ردود سلوكية، إما ملازمة أو مستقلة كل منها عن الأخرى. فمثلاً الكفاح "من أجل أن يكون الشخص طيباً"، قد يتضمن كل هذه المكونات على حين أن الكفاح من أجل تحقيق وحدة روحية مع الله قد تقتقد المكون السلوكي. ثالثاً: مع أن الكفاحات الشخصية تتضمن نوعاً من الاستقرار معقولاً، فإنها ليست ثابتة فما يحاول الشخص أن يعطيه يتنوع من موقف إلى آخر ويتغير مع تغير الحياة، فالكفاحات الشخصية تعكس ارتفاعاً المستمر عبر مدى الحياة. رابعاً: تحقيق مثل محدد من الكفاح الشخصي لا يعني أن الشخص لم يعد يكافح لهذا الهدف. فقد يشعر الشخص أنه حيد في موقف معين، إلا أنه سيظل يسعى للبحث عن فرص أخرى لكي يصبح شخصاً جيداً. وقد يتجنب الشخص أن ييأس بتقدير لذاته في حالات معينة، على حين يسعى إلى النباهي في حالات أخرى. وأخيراً، فإنه يفترض غالباً

Affiliation (١)

Intimacy (٢)

أن الشخص يكون على وعى بالكفاحات الشخصية، وإنها تكون جاهزة للتقرير الذاتي. الموقف هنا أن الأشخاص يستطيعون إعطاء تقرير ذاتي، إذا طلب منهم إعطاء تقرير عما يحاولون إنجازه، وإن إعلان "واينر" Weiner الذي يستحق الإعجاب هو "أن الطريق الملكي إلى اللا شعور أقل قيمة من الطريق الترابي إلى الوعي" (Emmons, 1989b, p. 101). ويترك "إيمونز" محالا لإمكان أن يكون الأشخاص على غير وعى بكفاحاتهم، بل وإمكان أن تكون كفاحاتهم غير مشعور بها. ومع ذلك فإن الافتراض الأساسي بطل أن الأشخاص يستطيعون أن يشكروا تقريراً دقيقاً عن أدايعهم بطريقة واقعية خالية من الطرق الدفاعية (Emmons, King & Sheldon. 1993).

كما أن "إيمونز" يبنى وجهة نظر الاتساق بالنسبة للكفاحات الشخصية. ويرى للكفاحات الشخصية على أنها مرتبة هرمياً بعضها بعد على البعض الآخر. كما أنه يمكن ربط الكفاحات الشخصية ببعضها، أو تصور كلا منها مستقلاً عن الآخر، أو على بها متكاملة أو متصارعة. وكما سرى في "إيمونز" شاء ببعض بحوث مبينة حول الصراع بين الكفاحات الشخصية، وهذا ليس أي تسامح (الإمكانية⁽¹⁾ وتساوي الغاية⁽²⁾ الذين سبق، الإشارة إليهما، بهي "إيمونز" بأن الكفاح الشخصي قد يتم إنجازه من خلال خطط مختلفة كثيرة للفعل (مبدأ ت. ماري (الإمكانات)، وأي فعل يمكن أن يعبر عن كفاحات متعددة (تساوي الغائية). بالإضافة إلى هذا، فإنه بناء على مبدأ تعدد الأبعاد، فإن الفعل قد يتصور بتاعلا بين كثير من الكفاحات الشخصية المختلفة. أي أنه توجد علاقة معقدة بين الكفاحات الشخصية وأنواع السلوك النوعية.

كيف يمكن تقدير الكفاحات الشخصية؟ يتضمن هذا التقدير أربع خطوات (Emmons, 1989). في الخطوة الأولى: يطور من المبحوث ذكر كل كفاحاتهم

الشخصية، وتعرف بأنها: "الأشياء التي تحاول عادة أن تفعلها في سلوكك اليومي". والمطلوب ذكر أمثلة توضيحية، ويختلف الأفراد في ذكر عدد الكفاحات بما يتراوح بين "١٠" وأكثر من "٤٠" مع متوسط حوالي "١٦". وفي الخطوة الثانية يطلب من الأشخاص أن يكتبوا الطرق التي سيحاولون بها النجاح في كفاحاتهم. ومن خلال الإطار الذي سبق تقديمه، فإن هذه تمثل خطماً لتحقيق أهداف. فمثلاً، الكفاح الشخصي الخاص بمحاولة قضاء وقت أكثر في الاسترخاء قد يرتبط بأنشطة مثل التدرجات الرياضية، واستدعاء أصدقاء للتجمع معاً، أو تعاطي مخدرات أو مسكرات (وبعض هذه الطرق فعال والآخر غير فعال بل شديد الضرر بصاحبه) وفي المتوسط يقدم المبحوثون من أربع إلى خمس طرق لإنجاز كل كفاح شخصي.

وفي الخطوة الثالثة يختار المبحوثون "١٥" من كفاحاتهم، ويقسرونها على أساس أبعاد مثل: الوجهة (قيمة إيجابية أو سلبية)، والتناقض الوجداني^(١) (إلى أي حد يشعر الشخص بعدم السعادة نحو الفعل الباجح)، واحتمال النجاح والصعوبة. وقد دل التحليل العاملي للأبعاد على وجود ثلاثة عوامل هي: درجة الكفاح (القيمة والأهمية والالتزام)، والنجاح (ما سبق تحقيقه واحتمال النجاح)، والسهولة (وجود فرصة، وانخفاض مستوى الصعوبة). ومن المهم هنا ملاحظة أن هذا يتفق تماماً مع نموذج قيمة التوقع.

وفي الخطوة الرابعة يقارن المبحوث كل كفاح بكل كفاح آخر، فيما يتصل بالإجابة عن هذا السؤال: هل النجاح في هذا الكفاح له أثر مفيد أم مضر (أو لا أثر له) على الكفاح الآخر؟ وهذا يتطلب مصفوفة مكونة من "١٥ × ١٥" مما يؤدي إلى تحديد الكفاحات التي تيسر، أو تتعارض مع بعضها. ومن الجواب المهمة في هذه المصفوفة أن العلاقات بين الكفاحات ليست متبادلة، أي أن أحد الكفاحات قد ييسر آخرًا إلا أن العكس غير صحيح، فمثلاً الحصول على درجات مرتفعة قد ييسر

الفيور بالدراسات العليا، وإن كان العكس غير صحيح. وهذا الفرق يرجع بوجه عام إلى أن أحد الكفاحات الشخصية قد يكون أعلى في الترتيب الهرمي من آخر، إلا أنه قد يرجع إلى علاقات مختلفة مع كفاحات شخصية أخرى. وبالنسبة لكل شخص فإن الاتفاق أو الصراع في نسق البناء الشخصي يمكن حسابه إنز.

بهذا التصور المفهومي وهذا المنهج للتقدير، ما هي الدراسات التي تم إجراؤها، وما هي نتائجها؟ سوف نعرض فيما يلي ثلاثة مجالات للبحث، هي الشعور الذاتي بحسن الحال^(١)، والصراع والتناقض الوجداني، والكفاحات الشخصية والسمات.

الشعور الذاتي بحسن الحال:

كان تركيز الشعور الذاتي بحسن الحال، على الوجدان الإيجابي، والوجدان السلبي، والرضا عن الحياة. وللحصول على مقاييس للشعور الذاتي بحسن الحال، قام المبحوثون بتسجيل حالاتهم المزاجية وأفكارهم أربع مرات في اليوم لمدة "٢١" يوماً متتابعة. وأطلق على هذا المنهج اسم منهج عينة الخبرة^(٢) واشتملت الدراسة على أفراد يرتدون جهازاً يقوم بإرسال إشارة لهم في لحظات عشوائية خلال ساعات يقطتهم، لتسجيل خبرتهم الشعورية المباشرة. إنه منهج يُستخدم لدراسة الخبرة الخاصة في ظل ظروف مرتبة من الظروف الطبيعية على قدر الإمكان. وقد وجد "يمونز" (Emmons, 1986) أن للوجدان الحوجب يرتبط بالكفاح لتحقيق أهداف مهمة، والشعور بتحقيق إنجازات ماضية من الكفاح. أما الوجدان السلبي فقد ارتبط بالتناقض الوجداني والصراع، وانخفاض الشعور الذاتي بالنجاح في تحقيق الكفاحات. على حين ارتبط الرضا عن الحياة بشعور الشخص بأهمية كفاحاته الشخصية، والشعور بأن كلاً منها ييسر أو يمثل وسيلة لعلاقة كل منها بالآخر، وارتفاع احتمال النجاح. يضاف إلى هذا، فإنه وفقاً لنظرية قيمة التوقع ارتبط

Subjective Well Being (١)
Experience Sampling Method (ESM) (٢)

الانتماء إلى الكفاحات الشخصية بدرجة مرتفعة من النجاح فى تحقيق الكفاحات الشخصية ذات القيمة. وباختصار، وجدت علاقات متنوعة بين معايير حسن الحال الذاتية، وبعض حواسب بناء الكفاحات الشخصية، ولكنها كلها كانت معنى نظرياً.

الصراع والتناقض الوجداني:

يميز "إيمونز" تمييزاً له قيمته، بين الصراع والتناقض الوجداني. فالصراع يعبر عن نزاع^(١) بين كفاحين أو أكثر، أما التناقض الوجداني، فيعبر عن مشاعر مختلطة حول النجاح فى إنجاز أى كفاح. وبعبارة أخرى، يرتبط للصراع بهدفين أو أكثر، أما التناقض الوجداني فيرتبط بنفس الهدف. ووجد "إيمونز" (Emmons & King, 1988) أن الأفراد ذوي الصراعات الكثيرة، والتناقض الوجداني، فيما يتصل بكفاحاتهم الشخصية، يشعرون بوجودان سالب وانخفاض فى الرضا عن الحياة، كما تحدد من خلال منهج عينة الخبرة. وفى دراسة أخرى ارتبط الصراع والتناقض الوجداني داخل بناء الكفاحات الشخصية بدرجات مقياس حسن الحال وسجل زيارات الطلبة للمركز الصحى، وعدد مختلف من الأمراض، والتقرير اليومي للقلق والاكتئاب، والشكوى من أمراض جسمية، كما ارتبط بوجودان إيجابى وسلبي (Emmons & King, 1988).

وكما تم التنبؤ، ارتبط الصراع والتناقض الوجداني بالمستويات المرتفعة من القلق والاكتئاب والوجدان السلبي والشكوى النفسجسمية (انظر: الجدول ٩-٥)، وأكثر من هذا فإن مقاييس الصراع والتناقض الوجداني ارتبطت بمعايير الأعراض الجسمية، حتى بعد استبعاد عامل مستوى المرض فى البداية، وافترض أن الصراع والتناقض الوجداني قد يكونان سيئين بوجه خاص على صحة الشخص، عندما يعبر عن انفعاله. فمثلاً الصراع بين رغبات الثقة فى الآخرين وبين الخوف من فعل هذا، يودى إلى احتراز الأفكار والاستثارة الفسيولوجية المرتبطة بحدوث مرض

جسمى. وتم اكتشاف هذه العلاقة أكثر من خلال إحداث تناقض وجداني من خلال الإجابة عن استخبار التعبير عن الانفعال.

ومن أمثلة التناقض المتضمنة في هذا الاستخبار: "أحب غالباً أن أظهر للآخرين مشاعري، إلا أنه أحياناً يبدو أن شيئاً ما يكبح لدى هذا التعبير عن مشاعري". "أحاول أن أظهر للآخرين أنني أحبهم، رغم أنني أخاف أن يجعلني هذا أبدو ضعيفاً أو معرضاً للنقد". وتوحى النتائج أن الصراع حول التعبير عن الانفعال مُضِرٌ بحسن الحال، رغم أنه لا التعبير، أو عدم التعبير عن الانفعال (دور صراع) في ذاته، مرتبطان بحسن الحال والخلو من الشكوى الجسمية (Emmons, et al, 1993).

الجدول رقم (٩-٥)

ارتباط الكفاح والصراع والتناقض الوجداني مع حسن الحال النفسية والجسمية. أوضحت درجات الارتباطات أن درجات الصراع والتناقض الوجداني تتصاحب مع الوجدان السلبى والشكاوى الصحية

الارتباط بـ		حسن الحال النفسية والجسمية	
للتناقض الوجداني	الصراع		
٠,٣٤ب	٠,١١-	وجدان إيجابي	النفسية
٠,١٨	٠,٢١	وجدان سلبى	
٠,١١-	٠,٠٧	استخبار حسن الحال	
٠,٢٧أ	٠,١٧	انطلاق	
٠,٣٤	٠,١٩	الاكتئاب	
٠,١٩	٠,٢٤أ	النحول لأعراض جسمية	الجسمية
٠,١٣	٠,١٤	أعراض يومية	

٠,١٢	٠,٢٧١	زيارات للمركز الصحي	
٠,٢١	٠,٣١ب	عدد الأمراض	

ن = ٤٨، مستوى الدلالة $p < ٠,٠٥$ ، و $p < ٠,٠١$

(Source: "The Personal Striving Approach to Personality," by R.A. Emmons, 1989, in *Goal Concepts in Personality and Social Psychology* (p. 105), by Pervin (Ed.), Hillsdale, NJ: Erlbaum. Reprinted by Permission of Lawrence Erlbaum Associates, Inc).

الكفاحات الشخصية والسمات:

وأخيراً، من ناحية العلاقة بين الكفاحات الشخصية والسمات، بحث "إيمونز" سمة النرجسية، ووجد أن الأشخاص ذوي الدرجات المرتفعة على مقياس النرجسية، لديهم كفاحات شخصية، يختلف عن ذوي الدرجات المنخفضة على المقياس. فمثلاً للمبحوثون المرتفعون على النرجسية لديهم كفاحات شخصية، مثل مجهودات للسيطرة والتحكم في الأشخاص، ويلبس أحدث الأزياء، على حين كان الأشخاص المنخفضون على النرجسية لديهم كفاحات شخصية مثل بذل جهد لجعل والديهم فخورين بهم، وإدراك مشاعر الآخرين، وإرضاء الآخرين. واملعت للنظر نحو هذه النتائج أن هذه الفروق في الكفاحات الشخصية أكتتها تقارير الأقران (Emmons, 1989b).

ركز "إيمونز" على الطبيعة الفردية الفريدة للكفاحات الشخصية لإقامة علاقات عامة ناموسية، مثل تلك العلاقة بين ارتفاع الصراع وانخفاض الشعور الذاتي بحسن الحال. ويوجد اهتمام بأنه ليس فقط مضمون الكفاحات الشخصية ولكن بيناتها دون عدد الكفاحات الموجودة، والعلاقة بينها، وعدد الخطط البديلة لإنجازها. ويرى "إيمونز" أن المحي الذي يقدمه يقارن بمنحى نظرية التحكم لـ "كارمر" و "شير" (Carver & Scheir, 1981). ويرى أن كلاً من الكفاحات الشخصية واسماء كمفهومين مميزين، وإن كان كل منهما يرتبط بالآخر فالكفاح الشخصي

يمكن إنجازه من خلال أنواع مختلفة من السلوك (تساوى الإمكانية). كما أن نفس السلوك يمكن أن يعبر عن الفعل لكفاحات مختلفة (تساوى الغائية).

بحوث كانتور حول مهام الحياة:

وأخر نموذج نقدمه عن بحوث المفاهيم المرتبطة بهدف، وتحويل النوايا إلى أفعال، هو المنحى النظري والبحثي لـ "كانتور" (Cantor, 1990a, 1994, Cantor & Langslo, 1989; Cantor & Zirkel, 1990). والبحوث التي أجرتها "كانتور" وثيقة الصلة بهذا الفصل، لأنها خصصت مقالاً مهماً يركز على موضوع الحركة من الفكر إلى السلوك (Cantor, 1990). ويتبع أن ينظر إلى بحوث "كانتور" في سياق المنحى للمعرفى أو المنحى الاجتماعي المعرفى للشخصية. وقد أشرنا إلى بعض جوانب تم ذكرها في الفصل "٣" و"٨". كما تم عرضه بالتفصيل في كتاباتها مع "كليستروم" (Cantor & Kihlstrom, 1987, 1989).

وتؤكد "كانتور" على الجوانب التكيفية لأداء الشخصية، وخاصة الجوانب التكيفية للأداء المعرفى. كما تؤكد على الدكاء الاجتماعي^(١) أو على الكفاءات للمعرفية والمعرفة، التي يستطيع الأشخاص استخدامها عندما يحاولون حل مشكلات الحياة اليومية، ويرتبط عمل "كانتور" بعمل نظريات سابقة مثل "كيللى" Kelly و "روتر" Rotter و"باندورا" Bandura و"ميشيل" Mischel، وهي تؤكد أن الأداء المعرفى يمثل تمبيراً بين المواقف وتصوراً للأهداف، وارتقاء، لخطط إنجاز الأهداف، وتصوراً للذات في الماضي وكذلك النوات الممكنة في المستقبل، وارتقاء لاستراتيجيات المواجهة وميكانيزمات تنظيم الذات. ومما له أهمية خاصة التأكيد على المعانى الفريدة للمواقف والأحداث بالنسبة للأشخاص لأداء الشخصية النوعى

(١) Social Intelligence

الموقفى. إن السمات العريضة^(١) مرفوضة لصالح التأكيد على العمليات التى تودى إلى الجهود التكيفية لمواجهة متطلبات مواقف وأحداث نوعية. وفيما يتصل بتحويل المعرفة إلى فعل - فإن الحركة كما تم وصفها من خلال كانتور "من عقد النية إلى الفعل". تؤكد "كانتور" على ثلاثة مفاهيم: ١ المخطط، ٢ مهام الحياة، ٣- والاستراتيجيات المعرفية.

ويشير المخطط إلى تنطيمات المعلومات. وكما رأينا فإن الأشخاص لسديهم مخطط للذات، يتضمن الذوات الممكنة، كما يوجد مخطط للآخر. ومخطط للهدف، ومخطط للخطوة، ومخطط للحدث^(٢). ويشير هذا المخطط الأخير إلى سيناريو يمثل التنبؤات المتوقعة من الفعل فى مواقف معينة (مثل سيناريو حفلة معينة أو سيناريو الاشتراك فى حلقة بحث) مصاغة بشكل يتمثل فى فروض "إذا....إن" بصوغها الأشخاص فيما يتصل بالعلاقات بين الأفعال والنتائج (مثل، "إذا عبرت عن غضبى، فإن الناس سوف يرفضونى". وإذا متعت نفسى إمتاعاً شديداً، فإن شيئاً سيئاً سيحدث لى". وإذا صارحت الآخرين وأطلعتهم على حالى سوف يساندوني").

ومفهوم مهام الحياة يشبه مفاهيم سابقة موضع اهتمام حالى، مثل الكفايات الشخصية، المشاريع الشخصية. إذ إنه يشير إلى ترجمة الفرد للأهداف إلى مهام نوعية، يحاول الفرد تحقيقها خلال مراحل معينة من الحياة، وداخل سياقات نوعية. ومن المهم أن نميز ثانية أن هذه الأهداف يتم النظر إليها كسياقات نوعية ومراحل الحياة. أى أن الأفراد بوجههم وقتهم وطاقاتهم إلى أهداف مختلفة فى المواقف المختلفة. وتختلف طبيعة أهدافهم أثناء مسار الحياة. ومهام الحياة فريدة، ولا نتوع فقط من حيث المصمون، وإنما أيضاً من حيث الاتساع ومن حيث كونها يتم الشعور بها على أنها مفروضة من الذات أم مفروضة من آخرين. ويفترض أن معظم مهام الحياة شعورية ومثابة للتقدير الذاتى، كما أنه ليس من الضرورى دائماً

Bradband (١)

Event (٢)

أن يفكر الشخص فيها، وأخيراً، فإن الاستراتيجيات المعرفية تمثل الوسائل التي يعمل الفرد من خلالها في مهام حياته الحالية. وهي تتضمن تقدير المواقف، والتخطيط للنواتج، وتذكر الخبرة الماضية، وجهود تنظيم الذات مثل تأجيل المغريات (Misehel, 1990). وهي لا تتضمن فقط جهوداً لحل المشكلات الخارجية، وإنما تتضمن أيضاً جهوداً لتحقيق توافق مع الانفعالات الداخلية والحاجات والقيم.

وتفترض "كانتور" أن أفضل وقت لدراسة عملية مهام الحياة والاستراتيجيات المعرفية تكوّن خلال مراحل التحول الكبرى في الحياة، أثناء مراحل التغير الكبيرة في علاقات الشخص مع آخرين، أو التغيرات في حياته العملية، حيث يركز اهتماماً أكبر على الأهداف وكيف يمكن متابعتها. وينظر إلى هذه التحولات على أنها تزود الحياة الواقعية بمماثلات للحياة العملية. فالتحول من المدرسة الثانوية إلى الجامعة، وبعد ذلك التحول إلى مسار مهني تمثل أمثلة لهذه المراحل. وقد طورت "كانتور" مشروعاً بحثياً تضمن دراسة طلبة اليكالوريوس بجامعة متسجان من أول سنة لدخولهم الجامعة إلى سنواتهم النهائية بالجامعة. بدأ البحث سنة ١٩٨٤، وتم تجميع بيانات متنوعة في نقاط مختلفة أثناء مسار دراسة الطلبة. وتم تجميع بيانات من خلال استخبار حول الخلفية الأسرية، والفروق في مفاهيم الذات وفقاً لمنهج 'هيجينز' Higgins (الفصل الثامن) وقوائم أعراض، وتقارير ذاتية عن الرضا، وتقارير عن الأسطة، ومعلومات موضوعية عن الأداء الأكاديمي، ومعلومات عن مهمة الحياة واستراتيجياتها.

وفي بداية المشروع طلب من المبحوثين أن يكتبوا قائمة بمهام حياتهم الحالية (أي الأشياء التي يعتقدون أنهم يعملون من أجلها في حياتهم) ثم ترتيبها وفقاً للأهمية. وتم حصر متوسط للمهام = ٨٣. مرتّب من أكثرها تجريداً (النضج البدني) يتجاوز عقلي في التلوية) إلى العياني والمباشر (البحث عن صديقة أو صديق). وطلب من الطلبة ترميز المهام التي ذكروها إلى ثلاثة فئات من مهام الإنجاز

(الحصول على درجات جيدة والتخطيط للمستقبل، وإدارة الوقت) وثلاث فئات من المهام بين الأشخاص (بأخذ طريقه مستقلاً عن الأسرة، وتنمية هوية، وتكوين أصدقاء). ثم تم ترتيب المهام الست التي تم الإجماع عليها إلى أعداد مثل الأهمية، والمتعة، والصعوبة، والتحدى، والتحكم. ومن هذه الأبعاد تم من خلال التحليل العاملي للترتيبات تحديد ثلاثة مجالات: الجوانب السلبية للمهام (يثير المشقة، صعب، يستهلك الوقت)، وجوانب تمثل مكافآت (مثل: المتعة والتقدم)، ومسائل تتصل بالتحكم الشخصي (مثل: التحكم والمبادرة). وطلب كذلك من المبحوثين أن يذكروا في قائمة المواقف العيانية التي يتم تطبيق هذه المهام فيها، وخطتهم لتناولها. وأخيراً كما حدث في بحث "إيمونز" طلب من الأشخاص الدرجة التي يتم فيها تيسير أو إعاقة جهودهم في كل مهمة من خلال السعي لمتابعة مهام أخرى. وهنا وجد صراع عام بين متابعة المهام الأكاديمية والسعي لمتابعة مهام الحياة الاجتماعية (Cantor & Langston, 1989).

وتم تعديل الاستراتيجيات، من خلال استخبار ومقابلات شبه مقننة. وتم تحديد استراتيجيتين على أن لهما أهمية خاصة، واحدة في المجال الأكاديمي، والأخرى في المجال الاجتماعي. ففي المجال الأكاديمي تم التمييز بين المتفائلين والمتشائمين تشاوفاً (Cantor, 1999; Norem & Cantor, 1986).

وفي توقع إنجاز المهام، يشعر المتفائلون بقليل من القلق وبمستوى مرتفع من التوقعات. ومن ناحية أخرى، فإن المتشائمين الدفاعيين يقومون بتنفيذ أسوأ السيناريوهات فيحدثون توقعات منخفضة ويتخذون خطوات عيانية للإعداد لمتطلبات المهمة. ولا يختلف كل من المتفائلين والمتشائمين تشاوفاً دفاعياً من خلال الأداء الفعلي، أو في الفصل الدراسي الأول. أي أن المتشائمين تشاوفاً دفاعياً مالوا إلى أن يكونوا هم الطلبة الذين يراهم الآخرون على أنهم قلقين دائماً، عندما لا يكون لديهم شيء يقلقون عليه. ونظر إلى كل من التفاؤل والتشاؤم، على أنهما استراتيجيات لتحقيق المهام، والأفراد المتفائلون يعملون أفضل. والمتفائلون يساعدون

نظرتهم الإيجابية على التركيز في توقعات أداء إيجابى، وتجنب التفكير فيما قد يحدث من خطأ. وتبدو استراتيجيات المتشائمين الدفاعيين على أنها تسمح لهم بزيادة الضرر^(١) القلق المرتبط بالأداء الأكاديمى. أى أن تنفيذهم لأسوأ السيناريوهات، واستعدادهم لعدم العمل بكفاءة، يبدو أنه يهددهم دون أن يتدخل مع التزامهم بمتابعة المهمة بجد. وفى نفس الوقت من الواضح أن هذه الاستراتيجية تديم القلق، وهذه الفروق فى الاستراتيجيات لا تنقل إلى العالم الاجتماعى، أى أنه سواء كان للفرد متفادلاً أو متشائماً تساوياً دفاعياً فيما يتصل بتحقيق المهام، فإن هذا لا ينبئ بتناول المهام الاجتماعية. وفى المجال الاجتماعى وجدت فروق بين الطلبة، من خلال ما أطلق عليه مصطلح "إكراه اجتماعى"^(٢).

واستراتيجية الإكراه الاجتماعى تستخدم فى حالة القلق الاجتماعى. واستراتيجية القلق الاجتماعى تستخدم غالباً مع القلق. فهى تشبه التفاوض الدفاعى، إلا أنها تركز على المجال الاجتماعى. والأفراد المرتفعون فى الإكراه الاجتماعى يميلون إلى أن يكونوا موجّهين نحو الآخر، وقلقين على أدائهم الاجتماعى. ومع أن معظم الطلبة ذكروا أنهم يستمتعون بمهامهم الاجتماعية أكثر من مهامهم الأكاديمية. فإن هؤلاء الطلبة ذكروا شعورهم بمشقة ومشاعر سلبية فى المجال الاجتماعى. ويبدو أن القيمة التنكيفية للاستراتيجية تحقق فى استخدام الآخرين لإرشاد الشخص فى أفعاله الاجتماعية، وحماية تقدير الذات من خلال أن يكون الشخص تابعاً ومشاهدًا أكثر منه قائدًا. ومن ثم فإن هذه الاستراتيجية تحقق بعض المشاركة فى النشاط الاجتماعى. ومن ناحية نوعية السياق، مرة أخرى، من المهم ملاحظة أن المعارف السلبية لدى مرتفعى الإكراه الاجتماعى لا يتم تعميمها على مجالات أخرى. وبوجه عام، فإن المرتفعين فى الإكراه الاجتماعى لم يكونوا مكتئبين ولا سلبين نحو الحياة أو نحو أنفسهم بالمقارنة بمنخفضى الإكراه الاجتماعى.

To Harmess (١)
Social Constraint (٢)

أضواء على باحث

نانسى كانتور ديناميات الشخصية فى سياق



فى مراهقتى فى الستينيات أعجبت بـ إريكسون؛ ونقلت
كفاح الهوية إلى أطوال جديدة أو إلى أعماق جديدة،
بالإضافة إلى إسهام والدى. وبناء على هذا فإنه من
وجهة نظرى ترتقى الشخصية وتنمو فى سياق حياتها
الثقافى الاجتماعى. ونحن كعلماء نفس أو والدين أو
أقران، نتصرف أيضاً كما لو كان الأفراد لهم شخصيات
متعددة ناسين أن ما يفعله الأشخاص ويحاولون فعله،
ومع من يفعلونه، يمكن تعريفهم أو يعاد تعريفهم: من هم ومن يمكن أن يصبحوا.
لهذا فإنه عند التفكير فى الشخصية، بدأت بمقدمة هى أن الكائنات الإنسانية لديها
دافع إلى أن تصبح مشاركة مشاركة كاملة فى ثقافتهم، وأن قليلين منا يجدون من
السهل عليهم أن يضطلعوا بمهام ذات قيمة ثقافية وتتصل بهم شخصياً.

وفى الدراسات العليا استمعت إلى "ولتر ميشيل" Walter Mischel ولم يكن
ما استمعت إليه هو النظرية الشاؤمية التقليدية السائدة آنذ كما تتمثل فى نظرية
السمة والتحليل النفسى، وإنما نظرة متفائلة للمرونة؛ فالأشخاص فى الحفظة ليس
عليهم أن يصنفوا فى خانات (مثل عيون أبراج الحمام) على أساس ماذا كانوا،
وإنما يمكن وصفهم من خلال ماذا كانوا يفعلون. وأحسن من هذا فإن جانب الفعل
فى الشخصية قد يشتمل على العمل المعرفى الذى نقوم به، بالإضافة إلى الأفعال
الصريحة. وقد عملت مع جون كينلستروم Jhon Kinlstrom فى تطوير إطار لحل
المشكلة للشخصية. تتخذ فيه أفكار الأشخاص ومشاعرهم وجهودهم شكلاً ووظيفة،
من خلال مهام الحياة التى يعملون فيها، ومن خلال استخدامهم اليومى

للاستراتيجيات المعرفية والسلوكية. ويختبر منظورنا للذكاء الاجتماعي الطرق التي يفكر بها الأشخاص بطريقة إبداعية حول إمكانياتهم والعوالم الممكنة التي يمكن أن يعيشوا فيها. ونفترض أن التفكير الذكي والفعل غير المتصلب يخدمان وظيفة إنسانية أساسية، تمكن الأشخاص من المساهمة بحماس في مهام ذات قيمة ثقافية في الحياة اليومية.

وقد امكنا عملنا متجاوزًا المعمل ليشمل متابعة مهمة الأفراد في حياتهم اليومية - كيف يستجيب الأشخاص للعقبات، كيف يتوقعون المشكلات أو يشتتون أنفسهم عند مواجهة القلق، إلى مَن يرجعون عندما يمتلكهم القلق، وعندما يعرفون أن من الأفضل متابعة المهمة التالية. وحاولنا من خلال الخبرة واستخدام عينة المذكرات اليومية أن نرسم مخططاً لدينامية ارتفاع وانخفاض جهود الأفراد في المشاركة في حياة ثقافتهم، من أجل كل من: ماذا يفعل الأشخاص، ولأي غاية يفعلون ما يفعلون. وبهذا الخصوص نرى أن التحدي لبحوث المستقبل في ميداننا، يكمن في الإبداعات المنهجية التي نرودنا بصورة كاملة لديناميات الشخصية في سياق. ولمواجهة هذا التحدي، نحتاج إلى أن نتجاوز الجدل حول الاتساق؛ لأن المهام تتغير وكذلك الفرص المتاحة والقيود، أمام حلولنا المفضلة. ومن ثم نفترض أنني لم أبعد كثيراً في رسالتي عن "إريكسون" أو "ميشيل".

ساختصار، فإن "كانتور" تركز في نظريتها لمسار الفعل على مهام الحياة التي يختارها الأشخاص لأنفسهم، وعلى الاستراتيجيات التي يستخدمونها لحل المشكلات المرتبطة بهذه المهام. وكما تمت ملاحظته، يوجد تأكيد على النشاط المعرفي، إلا أن مهام الحياة والاستراتيجيات تمت رؤيتها أيضاً على أنها مرتبطة بالانفعال، وأنواع السلوك الممكن. ويوجد غير التأكيد المعرفي، ثلاثة جوانب للمحى لها قيمتها، الأول: من الواضح أنه فردي، وذلك في تأكيده على المعنى الفريد الذي يعطيه الأفراد للمواقف، والأحداث، ولأنفسهم، وللحياة بوجه عام. والثاني: يكون التركيز على العملية التكيفية، وبوجه عام يوجد تفاؤل فيما يتصل بجهود الأشخاص لحل مشكلات حياتهم. وبميل التأكيد أن يكون على التكيف الناجح أكثر من التركيز على التكيف المشكل. والثالث: يوجد - كجزء من التأكيد على التكيف الناجح - تأكيد على الفترات التمييزية والمرونة ونوعية السياق: "جوانب القصور المعممة تمثل الاستثناء، وأيست القاعدة في الذكاء الاجتماعي". وبموجباً، فإن كفاءة الذات تتنوع كثيراً لدى الفرد عبر مختلف مجالات المهمة، ويكون الأفراد أهدافاً مهمة مختلفة. ويستخدمون بطرق مختلفة استراتيجيات ذات كفاءة لمواجهة هذه الأهداف في مختلف مجالات مساعيهم للتوجه نحو الهدف (Cantor & Langston, 1989, p. 159).

أهداف الإقدام - الإحجام^(١)، والتركيز على التقدم - والإعاقة^(٢)

نتناول الآن نوعين من التقدم الحديث في مجال بحوث الهدف. وكلا التركيزين يوضح كيف أن السلوك الموجه نحو هدف، يمكن تناوله من خلال طريقة إيجابية ومتعائلة أكثر منها سلبية دفاعية. وقد حصل قادة هذين المجالين من محاللات البحث، على جائزة عن جهودهم من الجمعية الأمريكية لعلم النفس. ونؤكد نظريته دفاعية المتعة^(٣) (الفصل "٤") السعي نحو اللذة^(٤) وتجنب الألم، ومن خلال نظرية

Approach Avoidance (١)

Promotion - Prevention Focus (٢)

Hedonic Motivation (٣)

Pleasure (٤)

الهدف يعبر عن هذا من خلال السعى للاقترب من الأهداف، وأقل قدر من استخدام أهداف التجنب. فمثلاً قد يكون الشخص مدفوعاً بهدف الإنجاز في مقابل الخوف من الفشل، وهذا التمييز كان منذ مدة طويلة جزءاً من التراث العلمي للدافعية. كما يبدو بوضوح في الحاجة للإنجاز والخوف من الفشل. ومع ذلك فمع الانخفاض المبكر والخوف في الاهتمام بالدافعية، فإن التأكيد على أهداف الإقدام والإحجام قد إلى حد ما في التراث العلمي. وقد تغير هذا كثيراً مع الاهتمام الحديث بالفروق في أداء الشخصية نتيجة للتركيز على الاقتراب في مقابل التجنب للأهداف.

فمثلاً ترى إليوت (Elliot, 1999; Elliot & Covington, 2001) أن التمييز بين دافعية الإقدام والإحجام أساس لدراسة السلوك الإنساني. وبالنسبة له فهي سلوك دافعية الإقبال إبرة أو توجيهه إلى نقطة غاية مرغوبة. بينما في سلوك دافعية التجنب إثارة أو توجيهه من خلال نقطة غاية غير مرغوبة. وقد دلت البحوث المبكرة على أن دافعية الإقبال (أي الاحتفاظ بالكفاءة) ترتبط ارتباطاً موجباً قوياً بالدافعية الداخلية، أكثر مما ترتبط دافعية التجنب (أي تجنب عدم الكفاءة) (Elliot & Harackiewicz, 1996).

وقد وجدت البحوث التالية علاقة بين التركيز على أهداف التجنب والآثار السلبية للخوف من الفشل (Elliot, Chirkov, Kim & Sheldom, 2001). ومع ذلك أثير فوراً سؤال، يتصل بالتمييز بين هدف الإقدام- الإحجام وبين السيطرة^(١) (التعلم)؛ أي نؤكد تمييز الأداء لدى "تويك" Dweck (الفصل "٤")، ولدى آخرين في التراث العلمي للأهداف. واقترضت إليوت (Elliot & Church, 1997; McGregor, 2001) أن الإجابة عن السؤال هي أن النوعين من التمييز مستقل كل منهما عن الآخر. وعلى هذا يمكن تمييز أربعة من إنجازات الأهداف: إقدام أداء - وإحجام أداء - وإقبال سيطرة - وإحجام سيطرة. وتم إعداد اختبار لقياس

الفروق الفردية في هذه التوجهات الأربعة للهدف، وتوحد بحدود توضيحية في الجدول (٦-٩). ووجد عدد من الفروق.

الجدول رقم (٦-٩)

أمثلة لبنود تحقيق الهدف

الاقترب من السيطرة:

- أرغب في السيطرة تمامًا على المادة المقدمة في هذا المقرر.
- أريد أن أعلم أكبر قدر ممكن من هذا المقرر.

تجنب السيطرة:

- يقلقني أن لا أعلم كل ما أستطيعه في هذا المقرر.
- أخاف أحياناً أن لا أفهم مضمون هذا المقرر بطريقة كاملة كما أود.

الاقترب من الأداء:

- من المهم أن يكون أدائي أفضل من أداء باقي الطلبة.
- من المهم لدى أن أحسن الأداء مقارنة بباقي الطلبة في هذا المقرر.

تجنب الأداء:

- أريد فقط تجنب الأداء الضعيف في هذا المقرر.
- خوفي من الأداء للضعيف في هذا المقرر هو الذي يدفعني دائماً.

(Source: "A 2x2 Achievement Goal Framework," by A. J. Elliot & H.A. McGregor, 2001, in *Journal of Personality and Social Psychology*, 80, p.504).

بين التوجهات الأربعة للهدف من خلال المواقف والنتائج. فمثلاً يرتبط العائد الوالدي السلبي بظهور كل من تجنب السيطرة وأداء الأهداف: ومن ناحية النتائج فإن التأكيد على منحى أداء الأهداف كان منبئاً بأداء موجب على الامتحان؛ على حين كان التأكيد على تجنب أداء الأهداف منبئاً بالفشل والانخفاض في الأداء على الامتحان. ومن ناحية الصحة كان التأكيد على منحى السيطرة على الأهداف مرتبطاً بانخفاض ريارات المركز الصحي، على حين كان التأكيد على تجنب أداء

الأهداف مرتبطاً بزيادة الريارات للمركز الصعى.

وحيثاً بحثت "إليوت" (Church, Elliot & Gable, 2001) العلاقة بين إدراكات طلبة البكالوريوس لبنية الفصل، وتبينهم لتحقيق أهداف خاصة بالمقرر الدراسى، ودرجة أدائهم ومستوى الدافعية الداخلية، وقبل أول امتحان رضع الطلاب تقديرات للمقرر الدراسى من ناحية إلى أى درجة ينظرون إلى المحاضرات على أنها مهمة، وإلى أى درجة يركز المقرر على الدرجات (التركيز على التقويم)، ودرجة توقع صعوبة أو قسوة النظام إعطاء الدرجات (قسوة التقدير).

لاحظ أنه تم تقدير طبيعة بيئة الفصل قبل أول امتحان، وعلى هذا فإن هذه التقديرات لم تتأثر بدرجة الأداء. وقد وجدت علاقة بين إدراك المحاضرات على أنها "مهمة" وانخفاض التركيز على التقويم وتفسير عدم قسوة بيئة التقويم، وبين السيطرة على الأهداف، وبالتالي فإن أهداف السيطرة ارتبطت بكل من ارتفاع الصبح الداخلى والدرجة الإيجابية على الأداء. وعلى العكس من هذا، فإن بيئة الفصل التى تم إدراكها على أن لها تركيز تقويم قوى وعملية تقويم قاسية ارتبطت بأهداف تجنب الأداء، وكل من المستوى المنخفض من الدافعية والمستوى المنخفض من درجات الأداء. وافترض أنه كلما انخفض الأداء الأكاديمى كلما ارتبط القلق بالخوف من الفشل، رغم أنه ينبغي ملاحظة أن أقوى منبئ بأداء الدرجة كان الدرجات على مقياس للقلق.

وباختصار، نرحى البيانات بوضوح أن إدراك بيئة الفصل يتأثر بكل من ارتفاع الدافع الداخلى ودرجة الأداء. وعلى حين تركز بحوث "إليوت" على أهداف الإنجاز والإحجام وعلى نقاط الغاية التى يوجه إليها السلوك، فإن "هيجينز" (Higgins, 1997, 1999, 2000) يركز فى حوثه على الاستراتيجيات التى يستخدمها الأشخاص لتحقيق أهدافهم، وقبل "هيجينز" الرأى الذى يذهب إلى أن

الأشخاص لديهم دافع للاقتراب من اللذة وتجنب الألم. ومع ذلك فهو يؤكد أن هذا لا يكفى لتفسير السلوك الإنسانى، ويوحى بأن ما يمكن إضافته هو الفهم لتعقيدات تنظيم الذات لدى الأشخاص. وهو يؤكد هنا مفهوم التركيز المنظم^(١) الذى يعرف من خلال الحاجات التى يؤكد عليها الأفراد، والاستراتيجيات المستخدمة لمواجهة هذه الحاجات. ومما له أهمية خاصة، الفرق بين تركيز التقدم^(٢) وتركيز الإعاقة^(٣). ووفقاً لـ "هيجنز" فإن التركيز للمنظم للتقدم يتضمن تأكيداً على المكاسب والإنجازات وما تم تحقيقه، بينما يتضمن التركيز للمنظم للإعاقة تأكيداً على الخسائر والامان والفشل. بينما يتضمن التركيز للمنظم للتقدم استخدام استراتيجيات التقدم للسلوغ للهدف، ويتضمن تركيز الإعاقة استراتيجيات التجنب. وبينما يتضمن تركيز التقدم متابعة كل وسائل التقدم، يتضمن تركيز الإعاقة تجنب الأخطاء. ومن ثم فحتى عند متابعة نفس الهدف، فإن أساس هذا الهدف مختلف فى الحالتين. فمثلاً، قد يكون لدى شخص هدف تحقيق المستوى (أ) (ممتاز) فى أحد المقررات، وفى أحد الأهداف قد تمثل الدرجة (أ) إنجازاً، (أى، تركيز تقدم)، على حين فى الحالة الثانية قد تمثل الدرجة (أ) تحدياً للفشل (أى، تركيز إعاقة). وقد يبدو غريباً التفكير فى الدرجة (أ) كنوع من تجنب الفشل. إلا أننا نذكر مريضاً كانت كل درجة بالنسبة له أقل من (أ)، بل كل درجة لامتحان تقل عن أعلى درجة فى الفصل تمثل فشلاً.

تذكر أننا عرضنا فى الفصل السابق بحوث "هيجنز" حول توجيه الذات، ولم ندهش أن أحد "هيجنز" يستخلص علاقة بين الفروق الفردية فى توجيه الذات والفروق فى التركيز المنظم. وقد اوحى "هيجنز" بحق، بوجود صلة بين التأكيد على إرشاد الذات المثالى وبين التركيز على التقدم، وبين التأكيد على إرشاد الذات نحو ما ينبغي وبين تركيز الإعاقة. ومن ثم فإن الشخص الذى لديه تركيز على

Regulatory Focus (١)

Promotion Focus (٢)

Prevention Focus (٣)

النظام، يهتم بالعلم وحادث، والامال، والرغبات، بينما الشخص الذي لديه تركيز على الإعاقات يهتم بالمسؤوليات، والواجبات، والالتزامات. وقد أوحى أيضا بوجود صلة بين التعارضات في الذات وبين التركيز المنظم. أي أن وجود تعارض مع الذات المثالية يرتبط بالتركيز على التقدم وانفعالات الغم والاكْتئاب، بينما يرتبط التعارض مع الذات الملزمة بالتركيز على الإعاقات وانفعالات القلق واليقظة والاهتياج. وباحتصار، يفترض "هيحيز" نظامًا عريضًا للتشعب من الفروق في تركيز التنظيم، يتراوح من الفروق في طريقة صياغة الأهداف. إلى الفروق في الانفعالات المصاحبة للكفاح للهدف، وتحقيق الهدف والفشل في تحقيق الهدف.

عناصر مشتركة، وفروق، وأسئلة لم تتم الإجابة عنها:

وضعنا في حسابنا، في هذه الفقرة، الاقتراب من الأهداف، وجهد تحقيق الأهداف من خلال الفعل. إنها تشترك في ملامح نموذج الأهداف الذي عرض في أول هذا الفصل، وجهود "ديوك" Dweck (الفصل ٤) وكذلك جهود الآخرين الذين يعملون في هذا المجال، والذين يوحدتهم تأكيد مشترك على الطبيعة الغرضية المتوجهة نحو هدف للنشاط. ومع التأكيد على العمليات المعرفية فإنه يؤكد كذلك على الوجدان وعلى السلوك الصريح. والواقع أن العلاقات بين التفكير والوجدان والعمل لها عناية خاصة. يضاف إلى هذا أنه غالبًا، يوجد تأكيد على تدبير النشاط الموجه نحو هدف في مواقف الحياة الواقعية و عبر الزمن وعلى قيمه التحليلات الشخصية^(١)، وكذلك على صياغة القوانين العامة وعلى خصائص نسق بناء الهدف والعمليات. وفي نفس الوقت توجد فروق بينها وأسئلة تحتاج إلى أن توجه. وسوف نركز على نقطتين (Pervin, 1999)، الأولى: هي مسألة الوعي بالأهداف. وباحتوا الشخصية الذين سيتم وضع عملهم في الحسبان في هذه الفقرة يؤكدون على قدرة الشخص أن يكون على وعي وأن يصف أهدافه. وهم يفترضون أن الأشخاص لا

يركزون انتباههم الواعي على هذه الأهداف أو على متابعتها؛ أى أنهم قد "يسحبون معها على أساس آلى (غير شعورى) لكنهم يكونون قادرين على إحصارها لـ. وعى أو الشعور عند الضرورة.

وتتضمن مناهج البحث المستخدمة دراسة الأهداف التى يمكن تحديدها من خلال الأفراد. وفى الوقت نفسه يوحى نموذج الأهداف الذى سبق تقديمه فى هذا الفصل، بوجود أهداف لا شعورية لا يستطيع الأفراد تحديدها أو ذكرها. فضلاً، إذا وضعنا فى حسابنا البحوث التى أجريت على التعلق فى الفصل ٧"، يبدو أن كثيراً من الأفراد لا يكونون على وعى بسلوكهم عن التعلق، وبالأهداف المنصنة فى هذا السلوك، وبالنماذج العاملة للآخرين وبالعلاقات بين الأشخاص المتضمنة فى هذه المساعى. ووجهة النظر التى نتبناها هنا، هى أن بعض الأهداف - بما فى ذلك أهداف على جانب كبير من الأهمية - غير شعورية وليس لدينا حالياً مناهج ملائمة لتقدير هذه الأهداف، أو الدور الذى تلعبه فى الحياة اليومية.

أما النقطة الثانية: يوحد السؤال من أين جاءت هذه الأهداف؟ وقد تكرر كثيراً تجاهل علماء النفس للأساس الذى تكتسب عليه الأهداف. والسؤال الجوهرى هنا هو ما الذى يعطى الأهداف قوتها الدافعة؟ وأكثر الإجابات شيوعاً عنه هو ارتباط الأهداف بالوجدان (Pervin, 1983, 1989). وقد أعطت نظرية الهدف التى سبق عرضها اهتماماً خاصاً لعملية التشريط الكلاسيكى بهذا الخصوص. وفى حالات أخرى لا يذكر دور الوجدان صراحة، بل يكون ضمناً فى مناقشة علاقة الأهداف بالدافع وهكذا، فمثلاً لا يؤكد "باننورا" (Bandura, 1986) دور الوجدان فى الدافعية وإنما تحدث عن استجابات تقويم الذات (مثل: الفخر والياس) لمواجهه معايير الأداء. ولم توجه نظريات أخرى للهدف السؤال من أصله.

ويوحى ما سبق بالحاجة إلى إعطاء المزمع من الاهتمام لكيف يتم اكتساب الأهداف؛ لأنه أصبح مستقلاً وظيفياً وتم التخلي عنه.

وليمت مستقلة عن هاتين النقطتين مسألة تقسيمات^(١) الأداء الموجه نحو هدف والمنظم ذاتيًا وسوف ننظر في هذا الموضوع الآن.

تقسيمات في تنظيم الذات: ومشكلة الإرادة الحرة:

بدأ هذا الفصل باستشهاد من "وليم جيمس" يتصل بالإرادة - ما الذى يجعلنا قادرين على أن نقوم من سرير دافئ فى صباح بارد؟ وقد أدى هذا بنا إلى النظر فى الفعل الموجه نحو هدف أو السلوك الهادف. وهذه النظريات لها غالبًا طبيعتهما العقلية. ففكرية قيمة التوقع لها طابع للاختيار عقلى. فالأشخاص الذين يختارون هذا السلوك أو العائد، يفكرون فى أن يحصلوا على أعلى وحدة للتوقع قائمة على أساس للقيمة والاحتمال. وغالبًا فإن البحوث موضع الاهتمام تكون شديدة التفاؤل عن أداء الشخص للتكيف للمتطلبات الداخلية والخارجية. وقد فوجئت أثناء عملى كمعالج بالمشكلات التى يواجهها الأشخاص فيما يتصل بالأداء الموجه نحو هدف، أو الإرادة أو ما أشير إليه بمشكلات الإرادة الحرة (Pervin, 1999).

وهنا أيضًا نستطيع أن نعود إلى "وليم جيمس" إذا قارنا الأعراض الخارجية للانحراف، فإنها تقع فى فئتين، الأولى تكون الأفعال السوية مستحيلة، والثانية يتعذر كبت الأعراض الشاذة. وباختصار، يمكن أن يطلق عليها على التساوى: الإرادة المعاقة والإرادة الانفجارية (James, 1892, p. 436). وقد كان "وليم جيمس" مهتمًا بالإرادة والفعل الإرادى، وأكد ما أطلق عليه اسم الفعل الفكرى الحركى^(٢)، حيث يرى أن مجرد اثار فكرة الحركة تكفى لإحداث الحركة ذاتها. وبعبارة أخرى، أننا نقوم ونخرج من السرير بسبب فكرة أن نفعلها - "نحن نفكر فى الفعل فيتم" (p.423) ولكن لماذا إذن يكون من الصعب القيام من السرير؟ يوحى "وليم جيمس" أن هذه الحالات تحدث عندما توجد أفكار متنافسة تعوق الحل.

Breakdowns (١)

Idio-Motor Action (٢)

لكن ما الحالات التي لا نستطيع فيها أن نتغلب على هذه الأنواع من التدخل، التي لا نستطيع فيها أن نحل هذه المشكلة، أو نقوى إرادتنا لأر نفعل ما نريد أن نفعله؟ ويشير "جيمس" إلى هذه الحالات على أنها عدم صحة للإرادة. وهكذا أشار الاستشهاد السابق إلى نموذجي الإرادة غير الصحية: الإرادة المعاقة والإرادة الانعجارية. وفقاً لـ "جيمس" فإن الفعل قد يتضمن التفاعل بين قوى الاندفاع والكف. وهاتان القوتان تعملان دائماً معاً. ويتمثل الناتج في التوازن بين القوى المتعائلة. فالإرادة المعاقة تحدث عندما يكون الاندفاع غير كافٍ أو عندما يزيد الكف، على حين تحدث الإرادة المتفجرة عند الزيادة الشديدة في الاندفاع أو عند ضعف الكف. وباختصار، ففي أي حالة محددة من تقسيمات الإرادة الفاعلة قد يوجد اندفاع شديد أو ضئيل، كما قد يوجد كف شديد أو ضئيل.

ويرجع الفضل الكبير إلى "وليم جيمس" لأنه اهتم بمشكلة تجاهلها علماء النفس كثيراً وهي مشكلة الإرادة ومشكلة تقسيمات الإرادة، أو الإرادة الحرة، وتنظيم الذات. وقد طلبت في أحد الفصول الدراسية من طلبة مقرر دراسي مطول عن الشخصية أن يحدد كل منهم أي مشكلة تواجهه وما يراه من أسباب لها. وقد ذكر كل طالب تقريباً صعوبة أو أكثر من هذه الصعوبات، وكان أكثرها شيوعاً مشكلات إرجاء الأفعال وإفراط الأكل. ومعظمهم أمكنه أن يذكر بعض أسباب الصعوبات، إلا أنه بوجه عام كانت هذه مجرد صياغات للمشكلة أكثر منها تحليلاً سببياً لها. أي أن طالباً قد يذكر: "أشعر أنه ينبغي على أن أكتب البحث، لكنني لا أستطيع أن أجعل نفسي أجلس وأفعل هذا" أو "أعرف مقدار السرعات الحرارية الموحودة في الأكل، وأنتى أحتاج إلى أن أفقد بعض الوزن (أحسن) إلا أنني أشعر كما لو كنت فعلت هذا".

ومشكلة الإرجاء⁽¹⁾ تصور ما يطلق عليه "وليم جيمس" الإرادة المعاقة، بسما

(1) Procrastination

الإقراط في الأكل يمثل الإرادة المنعجرة. الأولى تتضمن مشكلات كـف، فهو لاء الأشخاص لديهم كف بمنعهم من فعل ما يقولون إنهم يريدون أن يفعلوه. أما الثانية فتتضمن مشكلة إدمان^(١)، ليس من الضروري أن يكون معنى إدمان المخدرات أو التدخين، ولكنه بمعنى اندفاع الرغبة أو اللهفة، وقد رأيت كثيراً من المرضى ممن لديهم مشكلات كف أو مشكلات إدمان. فأحد المرضى قد لا يستطيع أن يجعل نفسه يكتب البحوث المطلوبة في الوقت الملائم، حتى إن كان هذا يعنى ضياع مساره المهني. وبالمثل قد يأتي في كل موعد من مواعيد جلساته العلاجية متأخراً، حيث يأتي قبل نهاية موعد علاجه بدقائق. ومريض آخر كان لديه كف فيما يتصل بالعلاقة بالنساء. وقد كان رجلاً شديد النجاح والجاذبية وموضع رغبة كبيرة في الزواج منه. ومع ذلك فمجرد أن بدأ علاقة وثيقة بامرأة بهدف الزواج، كانت تغلبه العقبات وينتهي العلاقة، من أجل أن يبدأ محاولة جديدة مع امرأة أخرى. وكان إذا لم يكن مع النساء يشعر بالوحدة، وممهن يشعر بعدم الراحة.

وعلى العكس من هذه المشكلات في الكف، كان بعض مرضاي يحدون أنفسهم مضطرين لفعل أشياء لا يريدون أن يفعلوها. فقد أدمنوا بعض الأشياء مثل العمل أو تناول الأطعمة الدهنية، أو طلب تلقوبات من مناطق بعيدة لإحراء محادثات جنسية، إلا أن كلاً منهم كان يعانى من كف أو إدمان من نوع أو آخر. ليس هذا فقط بل إن بعض الأشخاص يعانون من كل من أنواع الكف والإدمان، كما في حالة المريضة التي لا تستطيع التأمين وفي الوقت نفسه تدمر الأكسالات التي تهدر صحتها. وفي كل هذه الحالات لا يستطيع الأشخاص تنظيم أنفسهم، وهم غير قادرين على فعل الشيء الذي يبدو أكثر معقولة، أو الشيء الذي يبدو له معنى من وجهة نظرهم لقيمة التوقع، ومن وجهة نظرهم الذاتية للفائدة المتوقعة.

وليس لدى علماء الشخصية الكثير لتقديم طريقة لفهم هذه الطواهر. وربما

كان لديهم من الاستمرار أقل من "جيمس" نحو المشكلة التي واجهها في تأكيده على القوى المتصارعة. ومعظم النظريات المعرفية تركز على مشكلات الارتباط، وتعكس مشكلات الإرادة الحرة توزيعاً في مركز الانتباه، فالشخص الذي لديه كفاً لا يستطيع التركيز على هدف مقصود كما أن الشخص المدمن لا يستطيع التركيز على هدف بديل. وتتمثل الإجابة عن هذه المشكلات في إعادة تركيز الانتباه على الهدف المرغوب. وهذا التحليل بضعى معنى واضحاً على المشكلة، لأن هذه المشكلات في الإرادة الحرة تتضمن مشكلات في تركيز الانتباه. ومع ذلك فماذا تحبر به الشخص الذي لا يستطيع أن يعيد توجيه انتباهه، الشخص الذي يقول "أنا أحاول التركيز على كتابة البحث، إلا أن عقلي يندفع ويصبح خالياً، أو الشخص الذي يقول "أحاول التفكير فيما أريد حقاً أن أفعله، لكنني تتناني وسواس فيما أريد أو أفكر فيه؟" وبعبارة أخرى إن مشكلة تركيز الانتباه تمثل جزءاً حقيقياً من المشكلة، لكنها وصفية أكثر منها تفسيرية. وإذا أخذ الشخص نفسه خارج الموقف المشكل، فإن هذا غالباً يساعد على إعادة تركيز الانتباه. ولكن لئلا ما كانت القدرات التكيفية الأخرى للتفكير الإنساني، فإن الأشخاص يأخذون غالباً معهم ذهنهم الخالي والموسوم حيث يكونون.

هل هذه المشكلات في الإرادة الحرة هي في أساسها مشكلات في فعالية الذات؟ من المؤكد أنها مشكلات في الفعالية، لأن الشخص لا يستطيع أن يؤدي الأفعال الضرورية لمواجهة متطلبات مواقف معينة. ولكن هل هي مشكلات في فعالية الذات من خلال إدراك الشخص لقدرته على مواجهة متطلبات الموقف؟ الإجابة هنا ليست قاطعة لمعظم الأشخاص في هذه المواقف يعترفون بعدم قدرتهم على ممارسة إرادة حرة، وتجاوز أنواع إحيائهم، أو إيقاف سلوكهم القهري أو الإدمني، ومع ذلك فكثير من الأشخاص لديهم إيمان كامل بفعاليتهم. ويوجد مدمنون للكحول (والمخدرات)، وللسجائر يدعون أنهم يستطيعون التوقف في أي وقت يريدون. وكما نعرف، فإن معتقدات فعالية الذات تكون غالباً مختلفة مع الواقع.

فالأشخاص قد يعتقدون أنهم يستطيعون عمل ما يستطيعون عمله. وفي كثير من الحالات يمكن أن تحدث تغيرات في معتقدات فعالية الذات بسرعة فائقة. فاشخص يشعر بشدة بالثقة في النفس في لحظة معينة، على حير يشعر بقلق شديد وشك في لحظة أخرى.

وما ينبغي تأكيده هنا، هو أننا لا نتحدث عن سلوك شاذ يميز قلة من الأفراد الغرباء. وإما إلى حد ما نحن نتحدث عن سلوك إنساني يومي. ومن هنا كيف نستطيع أن نضع هذه الظواهر في نماذجنا للفعل الموجه نحو هدف؟ ويبدو أن مشكلات الكف تعد أسهل غالباً من مشكلات الإدمان. فمشكلات الكف غالباً تبدو على أنها تتضمن قلقاً؛ أي أن الشخص لا يستطيع أن يفعل ما يريد أن يفعله لأن القلق مرتبط بالفعل. والرجل الذي يسعى للمودة يكون خائفاً منها والشخص الذي يسعى إلى أن يملأ عمله في الوقت المحدد له يخاف من تقويم العمل (الخضوع لوقت للتسليم النهائي). ومن ناحية أخرى، كيف نستطيع تفسير قوة أنواع الإدمان؟ لن تكفي التفسيرات الفسيولوجية وحدها لأن هذه التفسيرات موضع شك بالنسبة للتخمين وتعاطي الكحول ولنتترك جانباً أنواع إدمان القمار والأكل والجنس. ووجهة النظر التي تم تبنيها هنا، هي أنه في هذه الحالات توجد عملية تسريط كلامي قوية، من خلال التصاحب بين الانفعال الإيجابي المرتبط بفعل أو سلوك معين، يمثل عدم تحقيقه عدواناً على رغبات الأشخاص وينطلي نسق تحكمهم انتفيذي. والأمر هنا لا يختلف كثيراً عن التفضيلات القوية للطعام والروائح، وكذلك عدم التفصيل التي لدينا جميعاً، أي أن أنواع التفضيل وعدم التفصيل التي تكتسب في المراحل الأولى من الحياة، تظل باقية غالباً ويصعب تغييرها (Rozen & Zellner, 1985).

ومما لا شك فيه أن هذا الحل للمشكلة غير مرض. وقد اقترحت بعض الإجابات البديلة، فمثلاً يوحى "بوميسر" (Baumeister, Bratslasky, Muraven & Tice, 1998; Muraven & Baumeister, 2000) بأن ضبط النفس

يتضمن مصدرًا محدودًا للطاقة أو لقوة العضلات، ويحدث شعيب في تنظيم الذات عندما تستنفذ المتطلبات هذه المصادر، وثمة حاجة لإجراء الكثير من البحوث في هذه المنطقة من الاهتمام. والسبب في مناقشتها في هذه الفقرة له جانبان، الأول: أنه يبرز في الصدارة مشكلة تواجه كل نماذج السلوك الغرضي؛ ففي توجيه السؤال حول ترجمة التفكير إلى فعل، فهم إما لا يواجهون مشكلات في هذه الحركة أو لا يوفرون إجابات شافية عن المشكلة. ويبدو أن المشكلات في الإرادة الحرة تتعارض مع مسلمات هذه النماذج، ومن ثم يبدو أنها تتضمن شيئاً له قيمته للإسهام في توسيع نطاقها. أما الجانب الثاني: فهو أن المشكلات في الإرادة الحرة ترحبنا إلى السؤالين اللذين تمت إثارتهما في البداية، وهما: السؤال عن الأهداف غير الشعورية، والسؤال عن من أير جاءت الأهداف. وعندما تعطل الإرادة الحرة يصبح لدى الأشخاص صعوبة في ذكر ما هي أهدافهم. وكذلك لماذا يواجهون هذه الصعوبة في متابعة الهدف الموحود في ذهنهم. والأشخاص الذين يكافحون الكف لا يكونون غالباً على وعى بأن هدفاً آخر يتعارض مع الهدف الذي أمام أعينهم. كما أن الأشخاص الذين يكافحون ضد الإدمان يكونون في حيرة من قوة الهدف الذي يسيطر على انتباههم وحدهم وفي هذه الحالة يوحه خاص، كيف تحفّق هذه الأهداف قوتها؟ وقد تعجب بقدرة الأشخاص على عمل ما ينوون عمله، وأن يشنوا هدفاً بشكل هزمى وأهدافاً أكثر نوعية لمواقف نوعية، وأن يغيروا الأهداف وفقاً لما تتطلبه المواقف أو وفقاً لما تتطلبه تغيرات الحياة.

ويمكن أن نعجب بقدرة الأشخاص على تكوين استراتيجيات، وعلى الإرجاء، ومكافأة أنفسهم على الإنجازات، وعقاب أنفسهم على أنواع الفشل، باختصار على تنظيم أنفسهم. وفي نفس الوقت يجب أن نعجب أيضاً بتعطيل تنظيم الذات في الحالات التي يعجز الأشخاص فيها عن ترجمة الفكر إلى فعل. وربما كن الأكثر دلالة الحالات التي يتحرك فيها الأشخاص للفعل عندما يختارون على العكس أن يفكروا أو يسلكوا بطريقة مختلفة.

سلوك غرضي: Purposive Behavior: سلوك موجه نحو نقطة غاية أو هدف.

التوقع × نظرية قيمة Expectancy × Value Theory: نظرية للدافعية تؤكد احتمال الفعل كدالة لتوقع تحقيق ناتج مضرورياً في قيمة الناتج.

الفائدة المتوقعة ذاتياً Subjective Expected Utility (S E U): الاحتمال الذاتي لأحد الأهداف مضرورياً في قيمة الهدف.

مستوى الطموح Level of Aspiration: في بحوث كيرت ليفين (K. Levin)، الهدف أو المعيار الذي يحدده الشخص لأداء المستقبل.

الهدف Goal: تصور ذهني لنقطة غاية، يكافح الكائن الحي لبلوغها.

تعدد المحددات Multidetermination: مفهوم يدل على أن الفعل المعقد له عدة محدّدات أو أهداف.

تكافؤ الإمكانيات Equipotentiality: مفهوم يدل على أن هدفاً قد يؤدي إلى خطط مختلفة أو أنواع من السلوك لتحقيق الهدف.

تكافؤ الغائية Equifinality: مفهوم يدل على أن نفس المنتج قد يكون نتيجة للتعبير عن أهداف مختلفة.

معايير داخلية Internal Standard: مفهوم لـ "باندورا" يعبر عن معايير الفرد أو أهدافه التي تلعب دوراً حاسماً في تنظيم الذات عبر مراحل ممتدة من الزمن.

تنظيم الذات Self- Regulation: قدرة الكائن الحي على تنظيم نفسه للتقدم نحو بلوغ هدف.

تعزيز الذات Self- Reinforcement: قدرة الكائن الحي على تعزيز نفسه للتقدم نحو هدف، وهي تلعب دوراً مهماً في سلوك تنظيم الذات عبر مراحل ممتدة

من الزمن.

مشروع شخصي Personal Project: مفهوم "ليتل" Little لمجموعة أفعال ممتدة تتصل بالشخص، يقصد بها تحقيق هدف شخصي.

كفاح شخصي Personal Striving: مفهوم "إيمونز" Emmons لنمط متنسق من كفاحات الهدف تمثل ما يحاول الشخص بمودجياً أن يفعله.

ذكاء اجتماعي Social Intelligence: مصطلح لـ "كانتور" و "كلمستروم" Cantor and Kihstrom للكفاءات المعرفية والمعرفة التي يستطيع الأشخاص استخدامها أثناء محاولتهم حل مشكلات الحياة اليومية.

مهمة حياة Life Task: مفهوم "كانتور" Cantor لترجمة الفرد الأهداف إلى مهام نوعية يمكن استخدامها أثناء مراحل من الزمن، وفي سياقات نوعية.

دافعية اقديم Approach Motivation: سلوك موجه نحو نقطة غايه إيجابية ومرغوبة.

دافعية إحجام (تجنب) Avoidance Motivation: سلوك موجه بعيداً عن ناتج سلبي وغير مرغوب.

تركيز منظم للتقدم Promotion Regulatory Focus: مفهوم "هيجينز" Higgins ل تركيز تنظيمي للطموحات والمكاسب.

تركيز تنظيمي للإعاقة Prevention Regulatory Focus: مفهوم "هيجينز" Higgins للمسئوليات والالتزامات والخسائر.

ملخص الفصل:

١- كان علماء النفس في الماضي يمتنعون عن استخدام مصطلحات مثل: نية، وإرادة،

وإرادة حرة. ومع ذلك، يوجد دليل على زيادة الاهتمام بالسلوك الغرضي الموجه نحو هدف؛ أي كيف يترجم الأشخاص فكرة هدف إلى فعل.

٢- تمثل نظرية قيمة التوقع نموذجًا عقليًا لسلوك اتخاذ قرار إنساني، وعبر عنها عمل "تولمان" Tolman عن السلوك الغرضي لدى الحيوان، وعمل "ليفين" Lewin عن مستوى الطموح، ونظرية "روتر" Rotter عن التعلم الاجتماعي.

٣- تم عرض نموذج أداء نسق الهدف، الذي يؤكد على الاستقرار والتنوع في جهود الفرد للاحتفاظ بالاتساق وتحقيق أهداف، في مواجهة الظروف الموقفية المتغيرة. وللأهداف خصائص معرفية وجدانية وسلوكية ترتبط بها. ويتميز أداء نسق الهدف بمبادئ تعدد المحددات، وتكافؤ الإمكانات وتكافؤ الغائية.

٤- يؤكد "باندورا" Bandura على عملية تنظيم الذات في السعي لمواجهة معايير. وكل من المعززات الداخلية (أي تعزيز الذات)، والمعززات الخارجية. ولمعلومات العائد أهميتها فيما يتصل بالنشاط الموجه نحو هدف. والأهداف الصريحة والواقعية والمتحدية بوجه خاص تؤدي إلى دافعية الذات. وكل من عمل "ليل" عن المشروع الشخصي، وعمل "إيمونز" عن الكفاحات الشخصية، وعمل "كانتور" عن مهام الحياة، تصور البحوث الحالية حول النشاط الموجه نحو هدف. وقد ارتبط كل من الرضا عن الحياة وحسن الحال الذاتية بوجود أهداف منخفضة المشقة ومرتفعة في إدراك احتمال نائج إيجابي، ومرتفعة في التحكم المدرك (ليل)، وكما ارتبطت بانخفاض الصراع وانخفاض التناقض الوجداني (إيمونز)، وأكدت "كانتور" مفهوم الدكاء الاجتماعي، وخاصة من خلال مهام الحياة والاستراتيجيات المعرفية (مثل التشاؤم الدفاعي والقييد

الاجتماعي). وأكدت "اليوت" التمييز بين دافعية الإقدام والإحجام، وكذلك بين السيطرة على الأهداف وأدائها. كما أكد "هيجينز" مفهوم التركيز المنظم والفرق بين تركيز التقدم وتركيز الإعاقة.

٦- وقد نظر إلى مشكلة الإرادة الحرة أي لماذا لا يستطيع الأشخاص أن يفعلوا ما يفضلون فعله- على أنها مسألة بالغة الأهمية للنظرية الفرضية. وعند هذه النقطة لا يوجد تفسير مرض لمشكلات الإرادة الحرة أو إعاقة تنظيم الذات.

الفصل العاشر*

الانفعال والتكيف والصحة

* ترجمة د. محمد الرحاوي

نظرة عامة على الفصل:

نعرض في هذا الفصل لأهمية الانفعال بالنسبة للأداء الوظيفي للشخصية حيث نركز على مناظير متنوعة تهتم بالأوجه الفطرية والعامّة الشاملة للانفعال، بالإضافة إلى توجهات تهتم بالأوجه الثقافية والأكثر تفردًا. ومن هنا نتطرق لعرض كيف يتكيف الأفراد مع الأحداث الانفعالية وأحداث الكرب وما تتضمنه أساليبهم في التعايش، وأثرها على حسّ حلالهم الجسدية والنفسية، والخلاصة هي أن خبرة الأفراد بالانفعالات، وكيفية تعايشهم مع الأحداث المرهقة تشكل جزءًا مهمًا من شخصيتهم كما أن لها تضمينات مهمة بالنسبة لصحتهم.

أسئلة سيناولها هذا الفصل:

- ١- إلى أي مدى تُعد الانفعالات فطرية وعامّة؟
- ٢- كيف ينظم الأفراد انفعالاتهم؟ وماذا ن قصد عندما نقول إن شخصًا ما لديه ذكاء انفعالي؟
- ٣- ما الوسائل التي يستخدمها الأفراد للتكيف مع المشقة وإلى أي مدى توجد فروق فردية في أساليب التكيف هذه؟
- ٤- هل هناك دليل على وجود علاقة بين الشخصية والصحة النفسية والجسدية؟
- ٥- إلى أي مدى تنعكس الشخصية في مختلف الانفعالات التي يمر بها الفرد وفي تنظيمه لهذه الانفعالات؟

مقدمة

إذا استخدمنا خبرتنا الخاصة كنقطة بداية لدراسة الشخصية، فمن المؤكد أن أحد أهم المجالات التي سنتناول تركيزنا هي الانفعالات، أو كما يُشار إليها غالبًا في التراث العلمي، الوجدانات.

حيث نجد المشاعر جزءًا مهمًا من وجودنا اليومي، وكما سنرى، يبدو أنها تلعب دورًا جوهريًا في توافقنا النفسي وحسن حالنا الجسمية. وعلى الرغم من ذلك، فقد أهملها علماء النفس بصفة عامة وعلماء نفس الشخصية بشكل خاص لفترات طويلة من الزمن. فيما يتجلب كثيرًا العمل في مجال الذات؛ وبما العمل في مجال الوجدانات واطمحل عبر مختلف المراحل والنقلات، تبعًا لتركيز العلماء على ما كانوا يرونه الأهم في كل مرحلة، وتركيزهم على مناهج البحث التي كانت مفضلة آنذاك.

للاهتمام بالانفعالات، وعلاقتها بالتكيف والصحة جذور في التاريخ الإنساني. فقد أكد اليونانيون القدماء على الأنماط المزاجية التي تتميز بدرجات مختلفة من الانفعالية، وبأنواع مختلفة من الانفعال. كما كان عالم البيولوجيا الشهير دارون مهتمًا بالانفعالات، خاصة بفكرة امتداد أنماط التعبير عن الانفعالات من الحيوانات إلى البشر، بمعنى أنها نجد كثيرًا من الانفعالات الأساسية والتعبيرات الوجهية المصاحبة، نفسهما، عند كليهما. وقد رأى دارون، قيمة وظيفية وتكيفية للانفعالات في تخطبها مع الآخرين، وهو ما يتسق مع نظريته العامة. كما أكد أهمية الانفعال أيضًا عالم النفس الأمريكي الكبير وليام جيمس William James، في كتابه مبداى علم النفس (Principles of Psychology, 1890). وهكذا تم وضع أساس للدراسة المستمرة اللاحقة للانفعال.

وقد كانت الحال هكذا بالفعل في السنوات المبكرة لعلم النفس. ومع ذلك، فمع ارتقاء سلوكية واطسون في عشرينيات القرن العشرين بدأ الاهتمام بالانفعالات

يتراجع، كما عير عن تلك السلوكي اللاحق سكينر B. F. Skinner: يُوصف استكشاف حياة العقل الانفعالية والدافعية^(١) بأنه أحد أعظم الإجازات في تاريخ الفكر الإنساني، إلا أنه من الممكن أن يكون أحد أكبر الكوارث* (1974, p.165). أما الثورة المعرفية في الستينيات التي غيرت وجه علم النفس، فلم تقدم إلا القليل للنهوض بدراسة الانفعال، في ندايتها. وكما أشار سيلفان تومكينز Silvan Tomkins، الذي كان في ذلك الوقت صوتاً وحيداً مؤكداً أهمية الوجدانات، ثم أصبح عمله مؤثراً للغاية في النهاية، لقد كانت الثورة المعرفية مطلوبة لتحرير دراسة المعرفة.... أما الآن فقد أصبحت ثورة الوجدان ضرورية لتحرير هذا الارتقاء الجذري الجديد والأصيل من براثن نظرية معرفة أصبحت مستبدّة استبداداً شديداً (1981, p.306).

حسباً، يبدو أن ثورة الوجدان التي آمن بها تومكينز قد حدثت، حيث ينخرط علماء النفس حالياً بنشاط في دراسة بناء الانفعالات ومحدداتها، كما ينهمك علماء نفس الشخصية في دراسة الفروق الفردية في الانفعالات، وعلاقة هذه الفروق بالوجه الأخرى للأداء اللغوي للشخصية (Davidson, Scherer & Goldsmith, 2002; Lewis & Haviland-Jones. 2000; Fervin, 1993c).

وهكذا، بعد مدة طويلة من التحايل أخذ الانفعال وضعه الصحيح كمجال محوري لاهتمام علماء نفس الشخصية. فإن كان قد تم إهمال هذه المنطقة في هذا الكتاب حتى الآن؛ فقد ان الأوان لتحديد هذا المجال البحثي الحيوي. وسنبدأ سطره عريضة إلى موقع الانفعالات من النظرية التقليدية في الشخصية، ثم نناقش نظرية فعلية في التحال، ثم يكمل لتناول جهود الكائنات الحية نفسها لتنظيم الانفعال والتكيف مع المشقة، وتضمينات هذه الجهود بالنسبة لحسن الحال النفسية والصحية، ومن ثم كان عنوان الفصل: الانفعال، والتكيف، والصحة.

الوجدان داخل سياق النظرية التقليدية للشخصية:

نعرض في هذا الجزء باختصار لوضع الوجدان في المناحي النظرية الكبرى للشخصية: المنحى الدينامي^(١)؛ والظاهراتي (الفينومينولوجي) / الإنساني^(٢)، ومنحى السمات؛ وأخيراً منحى المعرفة الاجتماعية أو معالجة المعلومات. والحديث بالذكر هنا هو أن الوجدان، ولاسيما وجدانات القلق والاكتئاب، سبق تناولها داخل سياق كل منحى من هذه المناحي النظرية؛ ومع ذلك فلم ينظر للانفعال في الغالب بوصفه عنصراً أساسياً في تنظيم الشخصية (Izard, 1993b, Malatesta, 1990; Pervin, 1993c). إلا أن ما يقترحه الفصل الحالي، كما سنرى، هو أن كيفية تنظيم الشخص لحياته الانفعالية تُعد خاصية تعريف محورية لشخصيته.

نظرية التحليل النفسي:

يلعب الوجدان بوضوح دوراً محورياً في نظرية التحليل النفسي. ربما كان الدور الأكثر محورية من الأدوار التي يعطيها أى منحى آخر من المناحي النظرية الكبرى للشخصية. ويصدق هذا سواء بالنسبة لمدى الوجدانات المتأولة، أو بالنسبة لدورها في التنظيم الكلي للشخصية. ففي التراث العلمي للتحليل النفسي؛ يمكننا أن نجد إشارة لكل وجدان تقريباً، وليس فقط للوجدانات المشبعة كالقلق، والشعور بالذنب، والاكتئاب، ولكن للوجدانات الأخرى أيضاً مثل الخزي، والغيرة، والحسد، والتفاؤل، والتي لم تكن محل اهتمام علماء النفس سوى الآن. حيث يُعترض أن هناك أنماط شخصية معينة تتعرض لمعايشة بعض الوجدانات أكثر من غيرها. فمثلاً، كما رأينا في الفصل السادس، في مرحلة إيركسون Erikson النفسية الاجتماعية للارتقاء، تصاحب المراحل الثلاث الأولى وجدانات عدم الثقة^(٣)، والخزي والشعور بالذنب على التوالي. بالإضافة إلى أنه على ضوء دور الوجدان

Psychodynamic (١)

Humanistic (٢)

Mistrust (٣)

فى تنظيم الشخصية؛ تم تأكيد دور القلق فى علاقته بمعظم أوجه الأداء الوظيفى للشخصية، خاصة فى علاقتها بآليات الدفاع.

ورغم أهمية الوجدانات داخل سياق النظرية التحليلية، إلا أنه قد نُظر إليهما فعليًا كدوافع ثانوية بالنسبة للحوافز أو الغرائز^(١). وبالتالي، ففى حين أُعطى جل الاهتمام لنظرية الحافز أو الغريزة، فإن قليلًا من الاهتمام قد وجه إلى ارتقاء نظرية الوجدانات. ورغم اهتمام المحللين النفسيين بمدى واسع من الوجدانات؛ فقد ظل جل انتباههم موجهًا تقليديًا نحو القلق والاكتئاب. وفى النهاية، من المهم ملاحظة أنه على الرغم من التأكيد على الوجدان بوصفه خبرة شعورية؛ فقد أكد المحللون النفسيون أيضًا أهمية الوجدانات المؤلمة التى تكب أو تقاوم من خلال الدفاعات. ومن ثم فليس القلق وحده المكون للأداء اللاشعورى للشخص، بل تشركه وحدانات مؤلمة أخرى كالشعور بالذنب والخزى.

النظرية الظاهرانية (الفينومينولوجية): كارل روجرز

نظرًا للاهتمام الذى وجهه كارل روجرز للظاهرية والخبرة فى دراسته وعمله العيادى؛ ومن ثم يحق للمرء أن يتوقع منه أن يكون قد طورَ نظرية للوجدانات مرتفعة التمييز؛ إلا أنه من المثير أن نجد أنه لم تكن هناك إشارة لمصطلحات الوجدان فى الفهارس الختامية فى أكثر أعماله أهمية (Rogers, 1951, 1961). وسجد إبرازًا للمشاعر وللخبرة عمومًا، وللشاعر الإيجابية والسلبية بوجه خاص، ولكن نادرًا ما يتم ذلك بالنسبة لوجدان واحد معقد. فقد أكد روجرز على أهمية التغير الذى يحدثه العلاج فى طريقة الوعي بالذات والعالم، والتحول من المشاعر الثابتة غير المتعرف عليها، وغير المملوكة إلى مشاعر مرنة ويمكن التعرف عليها ومقبولة، إلا أنه لم يشر إلى تحول فى طبيعة الوجدانات النوعية المعيشة، مثل

Instructions (1)

التحول من الاكتئاب^(١) إلى الفرح^(٢)، أو من الخزي إلى الفخر^(٣)، أو من الكراهية إلى الحب.

وكما هو الحال بالنسبة لفرويد فقد أعطى روجرز جل اهتمامه للقلق والدفاعات في نظريته عن الشخصية، حيث كان ينظر إلى القلق كنتيجة للاختلاف بين الحرية ومفهوم الذات، خاصة إذا كان هذا الاختلاف مرتبطاً في الماضي بفقدان نظرة الآخرين الإيجابية للفرد. بعبارة أخرى أشار روجرز إلى أن الأفراد يجاهدون للاحتفاظ بمفهوم عن الذات، لاسيما بمفهوم ذات مصاحب للنظرة الإيجابية من قبل الآخرين، وتستثير الخبرات غير المطابقة لهذا المفهوم عن الذات القلق كما تؤدي إلى مناورات دفاعية^(٤). وباستخدام مفاهيم الفصل الثامن، أكد روجرز على دافعين هما دافع الاتساق مع الذات أو تحقيق الذات، ودافع تحصين الذات. إلا أنه، بعد ذلك، لم يوضح بالقدر الكافي لماذا يُخَيَّرُ الأفراد وجدانات أخرى عدا القلق، أو كيف تتنظم مختلف الوجدانات، بأنماط متباينة، لدى مختلف الشخصيات.

نظرية السمات:

يُعد المزاج^(٥) دائماً جزءاً أساسياً من نظرية السمة. بالإضافة إلى أنه يمكن القول إن السمات الأساسية، سواء وضعت في سياق ثلاثة أو خمسة عوامل (الفصل الثاني) تتكون من أمزجة. وإلى حد ما ترتبط الأمزجة والوجدانات عديدة من عوامل السمات. فمثلاً ترتبط وجدانات القلق، والعداوة^(٦)، والاكتئاب بالعصابية، بينما يرتبط الدفء والانفعالات الإيجابية بالانبساطية. وكما سنرى مؤخراً في هذا الفصل؛ يؤكد بعض منظري السمات على الأبعاد العريضة للوجدان/ المزاج، الإيجابية منها

Depression (١)

Joy (٢)

Pride (٣)

Defensive Maneuvers (٤)

Temperament (٥)

Hostility (٦)

والسلبية، ويشيرون إلى تضمينات مهمة لهذه الأبعاد بالنسبة للصحة وحسن الحال (Clark & Watson, 1999; DeNene & Cooper, 1998; Tellegen, 1993; D. Watson & Clark 1992)، بالإضافة إلى ذلك، يتم إبراز الفروق في شدة الوجدان، أو مستوى رد الفعل، أو التباين في الاستجابة الانفعالية فيما بين الأفراد المتشابهين في السمات (Larsen, 1991).

وكثيراً ما يستخدم الأفراد مصطلحات السمات لوصف حالات انفعالية (مثل: عدواني، ودود، دافئ)؛ لذلك فليس من المدهش أن يُصمّن منظرو السمات بعض المعرفة المتصلة بهذا المجال من الأداء الوظيفي داخل تصنيفاتهم الوصفية. وفي الوقت نفسه يجب أن يكون واضحاً أنهم يولون اهتمامهم لأبعاد عريضة من أبعاد المزاج، أكثر مما يولون للوجدانات النوعية. بل إنه لا توجد نظرية متمصلة للوجدانات، أو تفصيل أو بؤرة لدور تنظيم للوجدانات داخل الفرد، من أجل الأداء الوظيفي العام للشخصية. وهو أمر مفتقد لدرجة ربما تزيد على اعتقاده في كل من النظرية التحليلية والنظرية الظاهرية. بالأحرى، يغلب على منظري السمات تأكيدهم لمبادئ علم الوراثة وعلم الحياة، وعلم وظائف الأعضاء لتفسير الفروق الفردية الكبيرة والثابتة في المزاج.

النظرية المعرفية الاجتماعية ومعالجة المعلومات:

لمدة طويلة من الزمن انصرف المنظرون المعرفيون عن التفكير في الشخص، وتجنبوا الأفعال والفعل. وقد طرحت نظرية كيلي Kelly في البناء الشخصي (1955) أهمية أفعالات مثل القلق، والخوف، والتهديد، كان التأكيد على الأبنية؛ فقد طلت الانفعالات الإنسانية، ككل، خارج مجال النظرية. ويؤكد باندورا (1999) Bandura أهمية الاستجابات الوجدانية المكسبة من الخبرات المباشرة أو التعلم بالمشاهدة (مثل التسريط بالعبوة، الفصل الثالث)، لاسيما وجدانات القلق والاكتئاب. وطبقاً لباندورا، فإن القلق يُعد استجابة انفعالية لمساعر انخفاض كفاءة الذات بالنسبة للنتائج السلبية، بينما الاكتئاب هو الاستجابة الانفعالية

لمشاعر انخفاض كفاءة الذات بالنسبة للنتائج الإيجابية. وبالتالي، فإن الفرد يحسّر الفلق عندما يشعر بعجزه عن إدارة المواقف التي يَعرُك أن يحدث فيها أذى حسي أو نفسي. ويحسّر الاكتئاب عندما يشعر بعجزه عن إدارة المواقف التي ربما يفقد فيها المكافآت.

بعد البداية من هذا الموقف المعرفي "البارد"، تحولت المباحي المعرفية الاجتماعية ومناحي معالجة المعلومات المبنية بالشخصية بشكل متزايد نحو الاهتمام بالوجدان، سواء بمعنى كيف تؤثر المعالجات المعرفية في الوجدان، أو كيف يؤثر الوجدان في المعالجات المعرفية (Isen, 2000; Singer & Salovey, 1993)، وفي الوقت نفسه فإن مدى الوجدانات التي وضعها منظّرو الشخصية هؤلاء في حساباتهم كان محدودًا نسبيًا. عندما بذلت الجهود لتحديد مدى أوسع من الوجدانات كان التأكيد على أنواع العزو المعرفي^(١) التي تؤدي إلى معاشية هذه الوجدانات، وليس على الفروق الفردية أو علاقة مختلف الوجدانات بالأداء الوظيفي للشخصية.

دور محوري للوجدان في الشخصية:

عرضنا في هذا الجزء باختصار لوضع الوجدان في المناحي التقليدية للشخصية، حيث تبرز نقطتان.

أولاً: أن المناحي الكبرى في الشخصية، باستثناء محتمل للنظرية التحليلية، أعطوا اهتماماً ضئيلاً للوجدانات بالمقارنة باهتمامهم بالفلق والاكتئاب.

ثانياً، أنه لم يؤكد على الوجدان كعنصر منظم رئيسي في الأداء الوظيفي للشخصية.

كيف يمكن أن يبدو مثل هذا المنحى؟

أولاً: أن نعطى الاهتمام لمدى أوسع من الوجدانات عما هو حادث في أغلب

نظريات شخصية؛ فلا ينصب الاهتمام كله على القلق والاكتئاب ولكن يشمل وجدانات أخرى أيضاً كالحرى، والحسد، والغيرة، والاشمئزاز، والفقر، والحب. وألا ينظر للفروق الفردية على أساس الدرجات الخاصة بوجدانات معينة فحسب، ولكن على أساس الأنماط المتفرقة للعلاقات بين الوجدانات (Izard, 1993b; Malatesta, 1990; Pervin, 1993c). فمثلاً، ليس من المهم أن نعرف فقط إذا كان الفرد لديه درجة مرتفعة أو منخفضة من القلق، ولكن من الضروري أيضاً أن نعرف كيف نعاين هذه الدرجة بدرجات هذا الشخص على الوجدانات الأخرى، بمعنى آخر، أنه من المهم أن نقدر الشخصية في ضوء الأنماط الفردية للوجدانات.

ثانياً: في مثل هذه النظرية سيكون للوجدان مكانة محورية، أكثر من كونه مصاحباً للدوافع والمعارف أو ما شابه أو مترتباً عليها، حيث سيعطى الوجدان وضعاً محورياً في تنظيم الشخصية، مع التأكيد على تضمينات الانفعال بالنسبة للفكر، والفعل، والدافعية. بعبارة أخرى؛ ستركز مثل هذه النظرية في الشخصية على مدى أعرض من الوجدانات وأنماط الوجدانات، والوضع المحورى للوجدان في تنظيم أداء الشخصية.

وستحول في الجزء التالي إلى الجهود التي بذلت للارتقاء ببعض مكونات مثل هذه النظرية على الأقل (انظر: جدول ١٠ - ١).

جدول (١٠ - ١)

عناصر الدور المحورى للوجدان في الشخصية

١-	تأكيد مدى واسع من الوجدانات.
٢-	تأكيد تمييز أو تنظيم الوجدانات داخل الفرد
٣-	الوجدان كأساس في تنظيم الشخصية (مثل التأثير على الفكر، والدافعية، والحركة).

نظرية الانفعالات الأساسية:

نعرض في هذا الجزء من الفصل للتوجه الذي يرى أن هناك انفعالات أساسية، وعامة تلعب دوراً محورياً في الأداء الوظيفي للشخصية. وهناك ثلاثة أسماء مفتاحية لمؤلفين في هذا التوجه، على الرغم من وجود آخرين لديهم وجهات نظر مشابهة أو مرتبطة. الاسم المحوري هو سيلفان تومكينز Silvan Tomkins (1962, 1963, 1991)، الذي ظل لبعض الوقت، كما أشربا أنباء المنظّر الرئيسي الذي أكد أهمية الوجدان بوصفه مجالاً للبحث. بالإضافة إلى ذلك هناك الجهد البحثي لاثنتين تأثرا بتومكينز وهما بول إكمان Paul Ekman (1993, 1994; Keltner & Ekman, 2000)، وكارول إيزارد Carroll Izard (1992, 1993b, 1994; Izard & Ackerman, 2000). يوجد قليل من المبادئ الأساسية في نظرية الانفعالات الأساسية، أو نظرية الانفعالات الفارقة^(١) كما يطلق عليها إيزارد.

أولاً: يفترض أن هناك انفعالات أساسية^(٢)، أو أولية^(٣) وأن هذه الانفعالات عامة. ويختلف العدد الدقيق لهذه الانفعالات الأساسية بعض الشيء من منظور لآخر، وينراوح بشكل عام من ٨ إلى ١٤ انفعالات.

والانفعالات الثمانية التي اقترحها تومكينز، هي: الاهتمام- الإثارة^(٤)، والاستمتاع- الفرح^(٥)، والدهشة- الإجمال^(٦)، والانعصاب- الكرب^(٧)، والتقرّز- الاشمئزاز- الازدراء^(٨)، والغضب- الثورة^(٩)، والخزي- الإهتان^(١٠)، والخوف-

Differential Emotions Theory (١)

Fundamental (٢)

Primary (٣)

Interest - Excitement (٤)

Enjoyment - Joy (٥)

Surprise Startle (٦)

Distress - Anguish (٧)

Disgust - Revulsion - Contempt (٨)

Anger - Rage (٩)

Shame - Humiliation (١٠)

الفرع^(١). أما الانفعالات الأساسية التي أكردها إزارد فيعرضها الجدول [١٠ - ٢] مع بنود ممثلة من مقياسه عن الانفعالات الفارقة.

جدول (١٠ - ٢)

نماذج ممثلة لبنود مقياس الانفعالات الفارقة

الانفعالات الأساسية	المقياس الممثل له: في حياتك اليومية إلى أي مدى
١- الاهتمام	- تشعر بأن ما تفعله أو تشاهده مثير للاهتمام
٢- الاستمتاع	- تشعر بالسعادة
٣- الدهشة	- تشعر بما تشعر به عندما يحدث شيء غير متوقع
٤- الحرز	- تشعر بعدم السعادة، وسواد المزاج، وانكسار القلب
٥- الغضب	- تشعر بأنك غاصب، ومتوتر، ومزعج
٦- الاستمزاز	- تشعر بأن الأمور فاسدة جداً ويمكن أن تتحرك بالعثبان
٧- الازدراء	- تشعر بأن شخصاً ما "لا يصلح لشيء"
٨- للحرف	- تشعر بأنك خائف، ومرتعش، ومرتبك
٩- للشعور بالذنب	- تشعر بأنك يجب أن تلام على شيء ما
١٠- للخزي	- تشعر بأن الناس يضحكون عليك
١١- للحجل:	- تشعر بالخجل، كما لو أنك تريد الاختباء
١٢- العداوة الداخلية ^(٢) :	- تشعر أنك لا تستطيع للسيطرة على نفسك

Source: "Stability of Emotion Experiences and Their Relations to Traits of Personality" by C.E. Izard, 1993, *Journal of personality and social psychology*, 64, p.851.

وطبقاً لهذا التوجه، فإن الوجدانات تُعد فطرية وجزءاً من موروثنا التطوري (Cosmides & Tooby, 2000, Keltner & Ekman, 2000). ووفقاً لرأي دارون؛ فإن هذه الوجدانات قد تطورت بسبب قيمتها التكيفية، إنها إشارات إلينا






Fear-Terror (١)
Hostility Inward (٢)

وإلى الآخرين بأن الفعل قد أصبح ضروريًا. فحين لا نتعلم أن نخاف أو شمنز أو بغضب، رغم أننا نتعلم متى وأين أى التنبيهات يستحيط بهذه الانفعالات. فعلى سبيل المثال، على الرغم من أن هناك تنبيهات عامة وكلية تثير الاشمنز؛ تحديدًا تلك التى لها خصائص التلوث؛ فإن ما يُعد مقززًا لبعض الأفراد أو الثقافات يمكن أن يكون مصدرًا للمتعة بالنسبة لآخرين (مثل أكل النمل الذى يمكن أن يكون مقززًا أو شهياً) (Rozin & Fallon, 1987)، أو أكل لحم الخنزير (المراجع).

ثانيًا: للانفعالات العامة الأساسية خصائص فريدة. وبشكل أكثر دلالة، فإن كل انفعال يرتبط بنمط من الحركة الوجهية تشترك فيها عضلات وجهية معينة. ويُعد هذا النمط من الحركة الوجهية أو التعبير الوجهي، الذى يتفرد به كل انفعال؛ فطريًا وعامًا، حيث يمكن رؤيته فى الأطفال كما يمكن رؤيته لدى الراشدين، وفى أعضاء مختلف الجماعات الثقافية (شكلًا [١٠ - ١] و [١٠ - ٢]).



شكل (١٠ - ١)

الولايات المتحدة (ن = ٩٩)	البرازيل (ن = ٤٠)	تشيلي (ن = ١١٩)	الأرجنتين (ن = ١٦٨)	اليابان (ن = ٧٩)	
سعادة %٩٧	سعادة %٩٥	سعادة %٩٥	سعادة %٩٨	سعادة %١٠٠	
اشمئزاز %٩٢	اشمئزاز %٩٧	اشمئزاز %٩٢	اشمئزاز %٩٢	اشمئزاز %٩٠	
دعشة %٩٥	دعشة %٨٧	دعشة %٩٣	دعشة %٩٥	دعشة %١٠٠	
حزن %٨٤	حزن %٥٩	حزن %٨٨	حزن %٧٨	حزن %٦٢	
غضب %٦٧	غضب %٩٠	غضب %٩٤	غضب %٩٠	غضب %٩٠	
خوف %٨٥	خوف %٦٧	خوف %٦٨	خوف %٥٤	خوف %٦٦	

شكل [١٠ - ٢] نسبة الاتفاق في الحكم على الصور الفوتوغرافية للتعبيرات الوجهية عبر الثقافات. تشير البيانات إلى أن أبناء مختلف الثقافات يمكنهم تعرف علاقات الانفعال بالتعبير الوجهي لصور من الثقافات الأخرى

(Photos reproduced by permission of P.Ekman from "Cross-Cultural Studies of Facial Expression," by P.Ekman, 1973, in Darwin and Facial Expression, p.207, by P.Ekman, Ed., New York: Academic Press. Reprinted by permission of Academic Press)

من المعروف في الوقت نفسه أن الأفراد يختلفون في شدة تعبيراتهم الوجهية، كما أن للثقافات ما يسمى قواعد العرض^(١) التي تتصل بمظهر كل انفعال. وفيما يخص بعالمية هذه التعبيرات الوجهية، فإنه يُفترض أن للانفعالات الأساسية أنماطاً فزيولوجية للاستجابة المصاحبة لها (Keltner & Izard, 2000).

ثالثاً: بعد النسق الوجداني النسق الدافعي الأولي، حيث يفترض أن للانفعالات تأثير منشط أو دافعي، ربما أكبر مما للحوافز. كما أن للانفعالات القدرة على تنظيم الأفكار والأفعال والحفاظ عليها. وبالتالي فإن كثيراً من الأفكار والذكريات تنظم في ضوء علاقتها بانفعال محدد، كما أن ذلك صحيح بالنسبة لعدد من الاستجابات السلوكية (Singer & Salovey, 1993). كما أننا رأينا أهمية الوجدان بالنسبة للدافعية في عرض نظرية الهدف^(٢) في الفصل التاسع، وهو المنظور الذي تأثر بشكل كبير بجهود تومكينز.

رابعاً: يختلف الأفراد في التكرار والشدة التي يخبرون بها انفعالات معينة كنتيجة للعوامل التكوينية وكذلك للخبرة. فطفاً لإيزارد، "من الوظائف العامة للكرى للانفعالات ونسق الانفعال أن تقوم بتنظيم السمات وأبعاد الشخصية" (Izard, 1993b, p. 637). فإذا كانت الانفعالات دافعة ومنظمة للمعرفة والفعل، فليس من المستغرب أن تكون محورية بالنسبة لشخصية الفرد. فضلاً عن ذلك، فكما يؤثر كل انفعال في الفكر والفعل بطرق مميزة نسبياً، فإن الانفعالات النوعية تسهم في تشكيل سمات نوعية في كل فرد. وبالتالي فإن الانفعالات المتميزة للاهتمام، والاستمتاع، والخجل ترتبط بسمة الانبساطية (ويرتبط الخجل بالانقباضية سلبياً)، بينما وحد ارتباط بين الانفعالات التهميرة للحزن، والازدراء، والخوف، والخرى، والشعور بالذنب وسمة العصبانية. بالإضافة إلى أنه، كما كان متوقعاً من هذه العلاقات مع السمات، هناك دليل على ثبات الفروق الفردية في اندراجات على الانفعالات

Display Rules^(١)

Goal Theory^(٢)

التممايزة لمدى ثلاث سنوات (Izard, Libero, Putnam & Haynes, 1993). باختصار، يقتصر منظرو الانفعالات الأساسية أن هناك افعالات فطرية وعامة تُعد جزءاً من موروثنا التطوري، ولها قيمة تكيفية، كما أن لها تعبيرات عامة وكلية وخصائص فزيولوجية مميزة. وهذه الانفعالات ضرورية للدافعية والمعرفة والفعل، وتلعب دوراً محورياً في تنظيم الأداء الوظيفي للشخصية. وعلى الرغم من أن الطبيعة الأساسية لكل استجابة وجدائية تُعد فطرية وعامة، إلا أنه من المعترف أنه توجد ترابطات مكتسبة بين كل انفعال وبعض التنبهات النوعية، كما أن هناك قواعد ثقافية تحدد متى وكيف يتم التعبير عن كل افعال. وما يهمنا إدراكه هنا هو أن هناك اقتراحاً بعدد من الانفعالات الأساسية المميزة، وليس مجرد تقسيم ثنائي بسيط لحالة شعور إيجابية - سلبية، أو مجرد حالة عامة من الاستثارة التي تتأثر بالتالي بمعارف محددة لتتكون انفعالاتاً معينة. ومن المهم أيضاً أن نعترف أن الوجدان يُعد أساسياً، أو مركزياً بالنسبة للأداء الوظيفي للشخصية، بمعنى وظيفته التنظيمية المتعلقة بالفكر والفعل وبمعنى الفروق الفردية في التكرار والشدة التي تستثار معها الانفعالات ويتم التعبير عنها.

قبل أن ننهي هذا الجزء عن الوجدانات الأساسية، يجب ملاحظة أن كثيراً من، وربما كل هذه النقاط، تظل متعارضة ومحل جدال وعدم اتفاق. فقد انتقد بعض المظنرين والباحثين توجه الانفعالات الأساسية والعامة، ووضعو السدليل على عمومية التعبيرات الوجهية والاستجابات للفزيولوجية المميزة موضع التساؤل (Davidson, 1992; Ortony & Turner, 1990). ويؤكد كثير من هؤلاء النقاد على دور العوامل المعرفية إلى حد أبعد بكثير مما فعل منظرو الانفعالات الأساسية؛ فهم يشيرون إلى نقص الاتفاق بين منظري الانفعالات فيما يتصل بعدد هذه الافعال، كما أن المعنى المحدد لكل انفعال يختلف في كثير من الثقافات، حتى وإن كان أثناء مختلف الثقافات مهيئاً لإظهار التعبيرات الوجهية بالطريقة نفسها (Shweder & Hardt, 2000; G.M. White, 1993; Wierzbicka, 1993).

1999 بالإضافة إلى أن بعضهم يمارس حذرًا أكثر في تقويم الدليل استعلاق بالأنماط النفسية المميزة للانفعالات النوعية (Cacioppo, Berntson, Larsen, Poehlmann, & Ito, 2000). وأيا كانت النتيجة النهائية لمثل هذا الجدل؛ فلا يمكن تجاهل الكم الهائل من إسهام منظري الانفعالات الأساسية لجعل هذا المجال في مقدمة اهتمام البحث النفسي، وما يجب ألا نتجاهله هو الإسهام الممكن تقديمه لتصورنا النظري للأداء الوظيفي للشخصية.

نسقان للدافعية - الانفعال:

في حين يؤكد منظرو الانفعالات الأساسية وجود عدد من الانفعالات المتمايزة، يرى آخرون بُعدين للانفعال هما على وجه الدقة، الوجدان الإيجابي والوجدان السلبي

(Carver, Sutton & Scheier, 2000; Clark & Watson, 1999; Gable, Reis, & Elliot, 2000; Gray, 1987; Watson, Wiese, Vaidya & Tellegen, 1999).

وهناك عدة نقاط تستحق الاهتمام حول هذه الرؤية. أولاً: يتوفر دليل على أن استجابتنا الأولى للتنبهات هي عبارة عن تقويم سريع إيجابي سلبى، وإقدام-إحجام. ولا يحتاج مثل هذا التقويم إلى أن يتم على أساس واع بالضرورة. ثانياً: الافتراض بأن الوجدان الإيجابي والسلبي مستقلان عن بعضهما حيث يمكن أن يكون الفرد منخفضاً أو مرتفعاً في أى منهما في الوقت نفسه، وقد يكون ذلك مدمجاً للوهلة الأولى حيث يوجد ميل للاعتقاد بأن الأفراد يقعون على مدى بعد واحد من الوجدان الإيجابي إلى الوجدان السلبي، إلا أنه توجد أدلة بحثية تدعم وجهة نظر البعدين المستقلين للانفعال، فبعض الأفراد يحصلون على درجة مرتفعة على كسز من البعدين، والبعض الآخر ينخفضون على كليهما، بينما يأخذ بعضهم الثالث نقاطاً مختلفة على طول البعدين (J.T. Larsen, McGraw, & Cacioppo, 2001). هناك نقطة أخرى يجب وضعها في الحسبان، وهي أن تأكيد وجود بعدين للوجدان

لا يتناقض بالضرورة مع نظرية التفاعلات الأساسية، حيث يمكن أن تتجمع مختلف التفاعلات الأساسية في مجموعتين، مجموعة للوحدات الإيجابية (مثل، السعادة، والفرح، والاهتمام) ومجموعة للوحدات السلبية (مثل: الخوف، الخزي، الاشمئزاز).

النقطة الثالثة: والتي تعد مفتاحية، هي أن التأكيد على بعدين للوحدان، يرتبط بنسقين أساسيين للدافعية (المكافأة - العقاب، والإقدام - الانسحاب)، ويرتبط أيضًا بأبعاد المزاج الأساسية التي تكون مصاحبة للعوامل الخمسة الكبرى (العصل الثاني). وأكثر عوامل السمات-المزاجات أهمية هي الانبساطية (وجدان إيجابي)، والعصابية (وجدان سلبي). ومن منظور الدافعية، فقد رأينا من قبل أن منظري التفاعلات الأساسية يفترضون أن نسق الوجدان يُعد النسق الأولي للدافعية، بالإضافة إلى أن كثيرًا من علماء النفس في مجال السمات والدافعية كما يؤكدون الأهمية الأساسية لنسق دافعية الإقدام^(١) ونسق إجهامي^(٢) لهما (Cloninger, Svrakic, & Przbeck, 1993; Depue & Collins, 1999; Gray, 1987; Rolls, 2000). ويطلق مختلف المنظرين أسماء متنوعة على هذين النسقين. وربما كان المنظور الأكثر شيوعًا بين مختلف وجهات النظر هو منظور جراي (Gray, 1987; Pickering & Gray, 1999) الذي يبرز نسق الإقدام السلوكي^(٣) [BAS] ونسق الكف/سلوكي [BIS]^(٤)، حيث يؤكد نسق الإقدام السلوكي أهمية الدواعي^(٥)، والمكافآت، ومن ثم السلوك الإقدامي، في حين يؤكد نسق الكف السلوكي النتائج السلبية والجزاءات، ومن ثم على الإحجام، والانسحاب، والكف. ولقد طور كارفر Carver ووايت White (1994) مقياسًا للتقرير الذاتي للشخصية على هذين البعدين،

Approach Motivation System (١)

Avoidance Motivation System (٢)

Behavioral Approach System [BAS] (٣)

Behavioral Inhibition System [BIS] (٤)

Incentives (٥)

ويوضح الجدول [١٠ - ٣] بعض نماذج بنود ممثلة منه. ومما يتفق مع المفهوم ويقدم دليلاً على صدق المقياس، ارتباط درجات مقياس الإقدام بالانبساطية، والتناؤل، والوجدانية الإيجابية، والمزاج الإيجابي، في حين ترتبط درجات مقياس الكف السلوكي بالقلق، والوجدانية السلبية، والمزاج السلبي وتفادي الضرر (Carver & White, 1994)، بالإضافة إلى ذلك فإن الدرجات على المقياسين قد اقترنت بمقاييس الأداء الوظيفي للمح المصاحبة للفروق في دافعية الإقدام والإحجام (Harmon - Jones & Allen, 1997).

جدول (١٠ - ٣)

بنود توضيحية من مقياس BIS/ BAS

مقياس الكف السلوكي [BIS]:

- أقلق بخصوص ارتكاب الأخطاء.
- يؤذيني النقد أو التوبيخ إلى حد بعيد.
- أشعر بأنني قلق إلى حد ما، أو مترعج، عندما أعتقد أو أعرف أن شخصاً ما عاصب مني.

مقياس الإقدام السلوكي [BAS]:

- عندما أحصل على شيء أريده أشعر بالاستثارة والنشاط.
- عندما أنجز في عمل شيء، أحب أن استمر فيه.
- عندما تحدث أشياء جيدة لي فإنها تهر وجداني بقوة.

المصدر:

Behavioural inhibition, behavioural activation and affective responses to impending reward and punishment: the BIS/ BAS scales, by C.S. Carver & T.L. White, 1994. Journal of personality and social psychology, 67, 319 - 333

باختصار، هناك افتراضات ممكنة بين الوجدانات (إيجابية وسلبية)، والسمات المزاجية (الانبساطية والعصابية)، والدافعية (مثل الحساسية للمكافآت والعزائم). ورغم أن هذا النمط من الربط بين المفاهيم يمكن أن يكون واعداً، إلا أنه من الواضح أنه يتضمن كثيراً من التعقيد؛ فمثلاً مع أنه يمكن تفسير الغضب كوحش.

سلى، فإن هناك دلائل على أن له بعض خصائص السلوك الإنشائي (Harmon - Jones & Allen, 1998).

وهناك تقدم واعد آخر يمكن أن يمثله نسق الدافعية-الوجدان وهو إمكان ربطهما بالأداءات الحيوية، وهو ما نتناوله في الجزء التالي.

بيولوجية الانفعال

تمة تطورات عظيمة في فهم بيولوجية الانفعال (Cacioppo et al., 2000; Davidson, 2000; Keltner & Ekman, 2000; leDoux & Phelps, 2000; Panksepp, 2000)، فبالإضافة إلى الدراسات التقليدية التي تتضمن مرضى مصابين بعطب في المخ، ومقاييس الاستجابة الفيزيولوجية للتنبهات التي تستثير الانفعال، فقد رونا تطور الأساليب الحديثة في تصوير المخ (كالرنين المغناطيسي الوظيفي^(١)) باستبصارات حول دور مختلف أبنية المخ في الانفعال. وتمة نقطتان واضحتان لنا في الوقت الحالي: أولاً، أن عدداً من أبنية المخ (كالحصين اللوزي^(٢)، أو قرن أمون^(٣)، أو اللحاء^(٤)) والأجهزة الفزيولوجية (كالجهاز العصبي المستقل^(٥)، أو جهاز الغدد الصماء العصبي^(٦)) كلها تلعب دوراً في الانفعال. ثانياً، ليس هناك بناء واحد أو جهاز واحد مسؤول عن أى انفعال محدد. بالأحرى، بقدر ما للانفعالات المحددة من بصمة بيولوجية محددة؛ فإن ما يميز كل انفعال إما هو نمط من الاستجابات البيولوجية. فمختلف طبقات الانفعالات قد تُشرك أنظمة عصبية متنوعة بعض الشيء (leDoux, 1996). ويبدو أنه لا توجد منطقة واحدة في المخ لكل الانفعالات.

من بين أكثر التجارب إثارة للاهتمام في هذا السياق، ما يطلق عليه علم

Emri (١)

Amygdala (٢)

Hippocampus (٣)

Cortex (٤)

Autonomic Nervous System (٥)

Neuroendocrine System (٦)

الأعصاب الوجداني^(١) أى العلم الذى يبحث فى الأساس العصبى للانفعال (Davidson Pizzagalli, Nitschke & Putnam 2002) ولا سيما ما يتصل بحزعين محددين من المخ. أولاً، يتوفر دليل على أهمية الحسيم اللوزى فى الانفعال، خاصة ما يرتبط بتثريب^(٢) استجابة الخوف (leDoux & Phelps, 2000; Whalen, 1999) فالمصايور بعطب فى الحسيم اللوزى لديهم صعوبة فى تكوين ترابطات شرطية مع تنبيهات الخوف، وصعوبة فى تذكر استجابات الخوف الشرطية الماضية. وينبؤ أن الحساسية المفرطة للحسيم اللوزى تلعب دوراً فى ميل بعض الأفراد إلى الشعور بمستويات مرتفعة من الخوف والكرب. ثانياً، يبدو أن النصفين الكرويين الأماميين الأيمن والأيسر، يلعبان دوراً محورياً فى الشعور بالوجدان الإيجابى والسلبى. ولا سيما ما يتعلق بارتباط الفروق الفردية فى مستوى السيطرة النسبية للمنطقة الأمامية من النصف الأيمن أو الأيسر المرتبطة بالفروق بين الأفراد فى مزاجهم وميلهم للاستجابة للتنبيهات بدافعية إقدام إحمام، حيث ترتبط سيطرة تنشيط المنطقة الأمامية اليسرى باستثارة انفعالات إيجابية ومتصلة بالإقدام، بينما ترتبط سيطرة التثبيط فى المنطقة الأمامية اليمنى باستثارة انفعالات سلبية ومتصلة بالانسحاب (Davidson, 1998, 1999, 2000, Davidson, Jackson, & Kalin, 2000). وكما أشرنا؛ فالاستثناء هنا ربما يكون ارتباط الغضب بدافعية الإقدام، وبالتثبيط النسبى للمنطقة الأمامية من النصف الكروى الأيسر (Harmon-Jones & Allen, 1998). ويفترض دافيدسون (Davidson, 1998, 1999, 2000, Davidson, Jackson, & Kalin, 2000) أن اضطراب الأداء الوظيفى للمخ فى هذه المناطق قد يلعب دوراً فى اضطرابات الانفعال، كالقلق والاكتئاب وكذلك السلوك العنيف.

بالإضافة إلى أهمية مثل هذه البناءات في المخ، تتدخل الدافلات العصبية^(١) للوبامين والسيروتونين في الأداء الوظيفي الفعال. حيث يرتبط السدوبامين بشكل خاص بالشعور بالبهجة والانفعال الإيجابي ويسميه البعض "كيمياء الشعور الطيب" (Hamer, 1997). وعلى جانب آخر يرتبط انخفاض مستويات السيروتونين بحالة مزاجية سلبية وسلوك عدواني. ويُعتقد أن بعض الأدوية الحديثة مثل SSRIs، (مثبطات إعادة امتصاص السيروتونين الاستوائية)^(٢) تخفف الاكتئاب من خلال إطالة عمل السيروتونين في مستقبلات الخلايا العصبية.

ونوضح هذه العلاقات بعض الترابطات التي تتم بين الأداء البيولوجي والانفعال. ويقدم الدليل الخاص بالأساس الوراثي للفروق المزاجية (الفصل الثاني) دعماً إضافياً لمثل هذا التلازم. ورغم قيام مثل هذه الترابطات؛ فمازلنا لا نفهم الأساس البيولوجي للانفعالات العامة أو النوعية. فضلاً عن أنه يجب ألا يقلل الوعي بدور العوامل البيولوجية في الانفعال من تقديرنا لدور العمليات المعرفية أو وعينا بالدور الحواري للخبرة والتعلم في ازدهار الحياة الانفعالية لدى الأفراد.

الثقافة والانفعال

لا تستبعد نظرية الانفعالات الأساسية دور الثقافة. بل إن الثقافة تلعب دوراً في تحديد أي الخبرات ستُقرن بأى الانفعالات، وكذلك في تحديد قواعد إظهار الانفعالات الأساسية. ومع ذلك يظل التأكيد مركزاً على الأساس التطوري للانفعال وعلى عمومية الانفعالات الأساسية على كل البشر. إلا أن هذه الرؤية تختلف مع رؤية للمتخصصين في الأنثروبولوجيا الثقافية وعلم النفس الثقافي الذين يرون أن الثقافة تلعب دوراً في تحديد الانفعال (Shweder & Hardt, 2000; Wierzbicka, 1999). وطبقاً لهؤلاء المتخصصين، فإن معاني مصطلحات الانفعال والخبرات الانفعالية مدمجة في الثقافة التي ينتمي إليها الأفراد - فبدون

(١) Neurotransmitters
(٢) Selective Serotonin Reuptake Inhibitors

الثقافة لا يوجد انفعال ولا خبرة انفعالية. حتى عندما تستخدم مصطلحات متشابهة، أو حتى المصطلحات نفسها للانفعال، فإن الطبيعة الكيفية للخبرة تختلف بسبب معنى المصطلح في البيئة المحيطة. فالأفراد الذين نشأوا في أكثر من ثقافة، حيث ترتبط كل ثقافة بلغة مختلفة، من المحتمل أن يكونوا أكثر ألفة بصعوبة ترجمة مصطلحات الانفعال الأساسية من لغة إلى أخرى. أكرر أن ذلك يكون بسبب المعنى الثقافي المحيط بمصطلح الانفعال^(*).

ويوضح شفيدر Shweder وهيدت Haidt (2000) هذه الرؤية في مقارنتهم للانفعالات الأساسية التي وجدها في نصر سنسكريتي هندي، من القرن الثالث قبل الميلاد بنص موجود في نظرية الانفعالات الأساسية. فاولاً، هناك سؤال حول إذا كان مصطلح "الانفعال" يعنى نفس الشيء في الحالتين. ثانياً، يشير الباحثان إلى أنه من بين الانفعالات الثمانية الأساسية (أو الحالات العنقية⁽¹⁾) الموجودة في النص السنسكريتي، هناك ثلاثة انفعالات تبدو بالفعل متشابهة (هي العصب، والخوف، والحزن) في حين أن الانفعالات الأخرى، على الرغم من التشابه السطحي أحياناً، تختلف بشكل جوهري. بالإضافة إلى هذا فإن كثيراً من الانفعالات الموجودة في النص السنسكريتي (كالعاطفة الحنسية، والسكينة)، لا تتوفر لها حتى وهم التكافؤ عبر الثقافي. وبالتالي فهما يشير أن إلى أنه "في النهاية، فإن أكثر العبارات لا يمكن مضاهاتها بسهولة عبر النصين" (p. 403). ورغم أن الناس حول العالم قد يتشابهون انفعاليًا في بعض المقامات الأساسية، فإن الباحثين يفترض أنهم أيضاً يختلفون جوهرياً عن بعضهم. وتغادي الاعتراض بذلك هو تحيز لتفسيرنا نحن لحياة الآخرين الانفعالية.

نعكس مسألة الخصائص العامة الكلية مقابل المروق الثقافية في الحياة

(*) مثال إذا قيل في مصر لشخص ساسطك يعنى ذلك انه سيقيم له ما يسمه، أما اذا قيل هذا في العراق، فهذا يعنى ساهرك صربا مرفخ كما ينفص البساط (المراجع)

(1) Mental States

الانفعالية انفساً أوسع بين هؤلاء الذين يؤكدون على العمومية، وأولئك الذين يؤكدون على الفروق الثقافية في الأداء الوظيفي الإنساني عامة (الفصل السادس، Pervin, 2002). إنها تنق صف الأثروبولوجيين، مهددة بقسمه المجال إلى اثنين، كما أنها تنق صف كثير من علماء النفس أيضاً. ربما يقع جزء من المشكلة في أنواع الظواهر التي يراها كل فريق متعلقة مع تعريف الانفعال أو الوجدان. فإذا استعملت البيانات البيولوجية لتعريف انفعال ما؛ سيكون من الصعب تصور غياب عمومية العمليات البيولوجية عن وجدانات مثل الغضب، والحزن، والبهجة، والخوف. ومن ناحية أخرى، إذا أخذنا السياقات الثقافية والموقفية كمعوقات لانفعال ما؛ فمن المحتمل أن ألا نجد إلا القليل من الخصائص العامة لهذا الانفعال، أو لا نجد على الإطلاق. ستفترض رؤية وسط بين التوجهين أننا، كجزء من تاريخنا التطوري، نجوء "مجهزين" لمعايشة انفعالات معينة (غضب، حزن، سرور، خوف)، بمعنى أننا نأتى إلى العالم مجهزين لحيرة هذه الانفعالات، ولأن خبرتها في علاقتها بتنبهات أو مواقف معينة. فلدينا، على سبيل المثال، استعداد أكثر لمعايشة خوفنا من الثعابين أكثر من الخوف من الأشجار (Seligman, 1971). وكمثال آخر؛ فإنه يبدو أن الفقد عام وأساسى لكى يخسر الأفراد شعوراً بالحزن. وفى الوقت نفسه فإن إمكان خبرة هذه الانفعالات فى مواقف بداتها، والفروق الريفية بين الخبرات الانفعالية، والطرق التى يتم بها التعبير عن الانفعالات، هذه كلها يرجع أن تظهر لنا تنوعاً ثقافياً معتبراً. بالإضافة إلى ذلك، قد توجد انفعالات تختص بها ثقافات معينة بسبب ما نستثيره سياقاتها وخبراتها. بمعنى آخر، فكما أنه لا توجد مورثات بدون بيئات ولا بيئات بدون مورثات؛ فإنه لا يوجد تطور دون ثقافة، ولا توجد ثقافة متعزلة تماماً عن تاريخنا التطورى.

تنظيم الانفعال، والتعايش مع المشقة والتكيف

نربط فى هذا القسم بين دراسة الانفعال ومشكلة التكيف -كيف يحاول الأفراد

تنظيم انفعالاتهم ويتعايشون مع المشقة لمواجهة المطالب الموقفية وتحقيق الأهداف الشخصية. نعيش جميعًا بشكل دوري مواقف تحدى، وفي مثل هذه المواقف قد نستثار انفعالات قوية تهدد توازننا وقدرةنا على الحكم الصائب. ومن ناحية أخرى، لبس ثمة منعة ولا إثارة في الحياة بدون الانفعال، وليس إلا اتصال ضعيف بالآخرين. وعلينا جميعًا أن نتعامل مع المشقة أحيانًا. كما أن ما يسبب المشقة لكل منا وكيف يتعامل معها كل منا هو جزء مهم من شخصيتنا. ومن ثم فإن تنظيم الانفعال والتعايش مع المشقة تعد مكونات جوهرية في عمليات تكيفنا وبالتالي في الأداء الوظيفي لشخصيتنا.

تنظيم الانفعال

أي الانفعالات نحبرها في أي المواقف؛ هذا جزء مهم من شخصيتنا. والمكون المهم الآخر هو تنظيم الانفعال والذي يعرف على أنه "الطرق التي يؤثر بها الأفراد في انفعالاتهم، عندما يملكون بها، والكيفية التي يخبرون بها هذه الانفعالات أو يعبرون عنها" (Gross, 1999, p. 542). ومعظمنا على ألفة بالأفراد الذين "يشتملون" انفعاليًا، وكذلك بالأفراد الذين يبدون عاجزين عن معايشة أي انفعال قوي. ففي حين يبدو بعض الناس قادرين على كبح انفعالاتهم، يبدو البعض الآخر غير قادر على ذلك. وفي حين أن مشاعر بعض الناس "ظاهرة حاضرة" ويمكن قراءتها ككتاب مفتوح؛ حد آخرين يخفون انفعالاتهم أو يعجزون عن التعبير عنها، تاركين الآخرين ليساعدها عما يشعرون (Gross & John, 1997).

يصف حروس (Gross 1999) خمسة أوجه لعملية تنظيم الانفعال، هي: أولاً، يختلف الأفراد في اختياراتهم للمواقف التي يشاركون فيها، مقتربين من بعض المواقف (كالبحت عن الإثارة مثلاً) أو متجننين مواقف أخرى (كالمصراع مثلاً)، لذلك فاختب المواقف هو أحد وسائل تنظيم للانفعال. ثانياً، يعدل المواقف؛ فالأفراد يعدلون المواقف التي يحدون فيها بالفعل أنفسهم، وذلك كي يعايشوا انفعالات معينة

أو يتحشاونها. فقد يختار البعض التصعيد في موقف جدالي، بينما يفضل آخرون الأبعاد عن ذلك. ثالثًا، هناك فروق فردية في توزيع الانتباه^(١)—أين يركز الأفراد انتباههم، سواء تم ذلك على أساس قصدي أو غير قصدي، شعوري أو غير شعوري. فبينما يمتلك البعض وسوس أو رغبة قهرية للعودة للأشياء، فإن آخرين يستطيعون تحويل انتباههم لاتجاه آخر، ومثل هذه الفروق يمكن أن تكون مهمة بشكل خاص في كيفية تعامل الأفراد مع المعلومات التي تهدد الصحة: فبينما يلتزم البعض المعلومات بهمة ويركزون انتباههم على المعلومات المتصلة بتهديد الصحة ("الراصدون")، نجد آخرين قادرين على تركيز انتباههم في أي مكان آخر وتبليد الأثر الانفعالي للانتباه لكل خطر ("المبلسون") (Miller & Schnoll, 2000)، وبينما يقول بعض المرضى للطبيب "أخبرني بكل شيء ثم سأُتصفح الإنترنت للاسزادة"، يقول مرضى آخرون: "أخبرني ما يجب أن أعرفه والبقية أتركها لك".

المكون الرابع لتنظيم الانفعال هو المعنى الذي يُضفي على الحدث، فنفس الحدث يمكن تفسيره أو تأويله بطرق مختلفة. فعدم الر- على مكالمته تليفونية أو رساله إلكترونية يمكن تفسيره بأنه "سيان" أو "رفض"، والتعليق على مظهر شخصي يمكن تفسيره على أنه "مزحة" أو "إهانة". وتشكل مساعدة المريض على التفسير أو التأويل بطرق مغايرة جزءًا من عدد كبير من العلاجات النفسية. وخامسًا وأخيرًا فإن الفرد يستطيع أن يلطف من التعبير عن الانفعال أو يؤثر فيه. فيمكن للمرء أن "يعد حتى رقم عشرة" أو أن "ينفجر"، أن يدع الآخرين يعرفون كيف يشعر أو أن يتصرف كما لو لم يحدث شيء ويدع القلق لنفسه. باحتصار يوجد على طول الطريق من بداية الانفعال إلى التعبير عنه فرص وتحديات تتصل بتنظيم الانفعال.

المفهوم المتصل بتنظيم الانفعال، والذي حظي بشهرة واسعة هو مفهوم **اللقاء**

الانفعالي^(١). ويتضمن الذكاء الانفعالي القدرة على إدراك الانفعالات وإدارتها، والتعبير عنها بحيث تسرع من النمو الشخصي (Mayer & Salovey, 1993; Salovey, Bedell, Detweiler, & Mayer, 2000) كما يتضمن الذكاء الانفعالي القدرة على فعل أشياء كالآتي: تعرف المرء على انفعالاته وانفعالات الآخرين، والتمييز بين التعبيرات الدقيقة وغير الدقيقة عن المشاعر، استخدام الانفعالات لتفسير الإبداع وحل المشكلات، وفهم أسباب وعواقب المشاعر، والتعامل مع التعبيرات الانفعالية للفرد نفسه وتلك التي للآخرين ويتنظر إلى الذكاء الانفعالي كأحد مكونات الذكاء الاجتماعي (الفصل التاسع، Cantor & Kihlstrom, 1989)، كما بدأ البحث في قياس ونطبق مفهوم الذكاء الانفعالي في الحياة اليومية (Ciarrochi, Forgas & Mayer, 2001) كما يتوفر دليل على أن وجوده في الأطفال يقدم تنبؤاً بالسلوك الاجتماعي اللاحق والكفاءة الأكاديمية (Izard, Fine, Schultz, Mostow, Ackerman & Youngstrom, 2001).

باختصار بعد نشأة مفهوم الذكاء الانفعالي في التراث العلمي، تم ترويجه في صورة كتاب للجمهور وفي وسائل الإعلام، ويشير مصطلح الذكاء الانفعالي، كما هو مستخدم في التراث المهني إلى مجموعة نوعية من الكفاءات الانفعالية، أما ما جاء في أكثر الكتب مبيعاً (Golman, 1995)؛ فيقتصر الذكاء الانفعالي كل شيء عدا نسبة الذكاء مما يسهم في النجاح الاجتماعي والاقتصادي. والمشكلة كما صاغها مطوراً المفهوم ماير وسالوفي (Mayer and Salovey) كالآتي:

في هذا الكتاب، تمتد الكفاءات الانفعالية فجأة من مجموعة من القدرات نستحق مزيداً من الدراسة (من وجهة نظرنا) إلى ثروة من الإمكانيات الشخصية، الفاعلة على تحديد شخصية الفرد وإنجازات حياته وصحته (من وجهة نظر حولنا). وقد أصبحت الآن بعض الدعاوى غير المعقولة حقا عن الذكاء الانفعالي شديدة الشيوع. وكأنا في افتراضنا لإطار عمل حاص

بالذكاء الوجداني نعتبرنا في علاج شامل للأفراد والمجتمع، نون حتى أن نعرفه (Salovey, Berell, Detueikrll, Mayer,2000, 516).

المشقة والتكيف:

تعد المشقة جزءاً مهماً من حياة معظم الناس، فكمية المشقة التي نعيشها وكيفية إدراكنا لها تلعب دوراً كبيراً في حسن حالنا الجسدية والنفسية. وبينما تعد القدرة على معاشية المشقة والاستجابة لها جزءاً من حياة الحيوان بما لها من قيمة تكيفية، فإن القدرة على معاشية المشقة المزمنة، وعواقبها المجهدة، ربما تكون خاصية يتفرد بها الإنسان (Ader, 2001; Sapolsky, 1994).

ويُعد ريتشارد لازاروس Richard Lazarus الباحث الرائد في التركيز على الأوجه النفسية للمشقة وكيفية التعايش معها (Lazarus, 1991, 1993a, 1993b, 1993c; Lazarus & Folkman, 1984). فقد بدأ بحث لازاروس في الخمسينيات وأدى إلى نشر كتابه المشقة النفسية وعملية التعايش *Psychological Stress and the Coping Process* سنة 1976، الذي أعطى للعمل في مجال المشقة شكله، حتى الوقت الراهن. وعرض لازاروس، في بحثه المبكر، أفلاماً تسبب مشاعر المشقة لمبجوثيه. ففي أحد الأفلام كانت تجرى سلسلة من العمليات كجزء من الشعائر الدينية على الذكور في إحدى قبائل أستراليا؛ وفي فيلم آخر عرضت حوادث نموية (عامل موضوع بشكل مميت على حافة نشر منشور مستدير؛ أو قطع إصبع أحد العمال). كان لازاروس، متأثراً بالنظرية التحليلية، مهتماً بكيفية تأثير دوافع الأفراد وجهودهم للتعايش مع التهديد على درجة المشقة التي يشعرون بها. وقدمت مع الأفلام رسائل للتأثير في الدفاعات التي يستخدمها المبحوث. فمثلاً رسائل مثل "الأفراد في الفيلم لا يتأذون أو يصيبهم كرب مما يحدث" و"هذه الحوادث التي لم تحدث بالفعل وإنما سجلت للتأثير"، كانت تستخدم

لتشجيع البه الإيكار^(١). وتم قياس درجة المشقة فى علاقتها بالأفلام التى بصاحبها رسائل، وذلك من خلال تقارير ذاتية للمشقة وتسجيلات فريولوجية لمعدل صربات القلب ومستويات توصيل الجلد (أى: نشاط غدة العرق) للمبحوثين. ووجد لازاروس فى هذا البحث أن الرسائل المصاحبة للأفلام كان لها تأثير قوى على درجة المشقة التى يشعر بها المبحوثون. وفى الإجمال، قد عكست المشقة المعاشة درجة التهديد المدرك والعملية الدفاعية التى يوظفها الأفراد للتعايش مع هذا التهديد.

انتقل لازاروس بعد ذلك من التأكيد على دفاعات الأنا^(٢) إلى تصور مفهومي معرفي أعرض، وعرف *التقدير*^(٣) بوصفه متغيراً معديلاً أو وسيطاً أساسياً للاستجابة للمشقة. وطبقاً للنظرية المعروضة فى كتابه الشهير، فإن المشقة تحدث عندما يدرك الشخص الأحداث على أنها مرهقة ومستنزفة لموارده ومهددة لحسن حاله (Lazarus, 1966). وتتضمن هذه العملية مرحلتين من التقدير المعرفي. ففي المراحل الأولية يقدر الشخص ما إذا كانت هناك أى مراهنة فى الموقف، وما إذا كان هناك تهديد أو خطر، فمثلاً: هل هناك احتمال للأذى أو الإفادة بالنسبة لتقدير الذات؟ هل هناك ما يعرض صحة الفرد أو صحة أحد ممن يحبهم للخطر؟ وفى المرحلة الثانوية يقدر الشخص ما إذا كان هناك أى شيء، يمكن فعله للتغلب على الضرر، أو الوقاية منه، أو تحسين التوقعات فى اتجاه المصلحة. بمعنى آخر يتضمن التقدير الثانوى تقويماً لإمكانات الفرد للتعايش مع الضرر المحتمل أو الفوائد التى تم تقويمها فى مرحلة التقدير الأولى. وفى الإجمال تعد درجة المشقة المعيشة نتيجة لهاتين العمليتين من التقدير-حيث تختص إحدهما بتقدير درجة الضرر أو التهديد المحتمل، وتختص الأخرى بتقدير إمكان التعايش الساجح مع التهديد.

Demal (١)

Ego Defenses (٢)

Appraisal (٣)

ويفترض لازاروس أن عمليات التقدير الأولى والثانوى هى عمليات عامة للتعاش مع المشقة. ومع ذلك فإن مختلف وسائل التعاش مع المشقة تكون متاحة فى مواقف الكرب للتحكم فى الظروف التى تُقدّر على أنها مرهقة لموارد الفرد أو لتحملها. وأدى البحث فى مختلف الوسائل التى يستخدمها المبحوثون للتعاش مع المشقة إلى تطوير مقياس طرق التعاش مع المشقة^(١) وهو استبيان بقيس ثمانية أساليب للتعاش (Folkman, Lazarus, Dunkel-Schetter, DeLongis & Grunen, 1986)، أنظر الجدول (١٠-٤) وهناك تمييز خاص بين أشكال التعاش التى تركز على المشكلة (مثل الجهود التى تبذل لتغيير طبيعة الموقف) وأشكال التعاش التى تركز على الانفعال (مثل تجنب الانفعال والابتعاد عنه، والهروب - الإحجام، والبحث عن المساندة الاجتماعية).

جدول (١٠ - ٤)

بنود توضيحية من مقياس أساليب التعاش

المقياس	البنود التوضيحية
- المواجهة/ التعاش	- عبرت عن غضبي للشخص الذى مسبب المشكلة.
- التجنب	- خفت من وقع الموقف وفصلت ألى أتعامل معه بجدية.
- التحكم فى الذات	- حاولت الاحتفاظ بمشاعرى لنفسى.
- البحث عن مساندة اجتماعية	- تحدثت مع شخص ما لأكتشف المزيد عن الموقف.
- قبول المسؤولية	- اقتصت أننى سببت للمشكلة لنفسى.
- الهروب - الإحجام	- تسميت ان ينهى الموقف أو يقضى بشكل ما.
- حل المشكلة التخطيطي	- عرفت ما يجب فعله، لذلك ضاعفت جهدى لجعل الأمور تتجج.
- إعادة التقدير الإيجابي	- تغيرت أو نموت كشخص يسير فى طريق جيدة.

Ways of Coping Scale (١)

"The Dynamics of a Stressful Encounter: Cognitive Appraisal, Coping and Encounter Outcomes," by S. Folkman, R.S. Lazarus, C. Dunkel-Schetter, A. DeLengis, and R. Gruen, 1986, *Journal of Personality and Social Psychology*, 50, p. 996.

ويوحى البحث القائم على استخدام هذا الاستخبار بالاستنتاجات الآتية:
(Lazarus, 1991):

١- يتميز الأشخاص في تقديراتهم للمواقف، بعبارة أخرى فإن تقديرات الفرد حساسة للظروف البيئية.

٢- يوجد دليل على كل من الاستقرار والتغير في الأساليب التي يستخدمها الأفراد للتعایش مع مواقف المشقة، رغم أن الأفراد يميلون لتفصيل طرق تعایش معينة، إلا أن معظمهم يستخدم عددًا من أساليب التعایش اعتمادًا على السياق المحدد. بمعنى آخر، بعكس التعایش كلاً من الشخصية والتأثيرات الموقفية.

٣- بشكل عام، كلما ارتفع مستوى المشقة وحده التعایش معها؛ انخفض مستوى الصحة الحسية للفرد وزاد احتمال ظهور أعراض نفسية. وبالعكس، كلما زاد الإحساس بالسيطرة تحسنت الصحة الجسمية والنفسية.

٤- رغم أن قيمة شكل معين من التعایش تتوقف على السياق الذي يستخدم فيه، إلا أن حل المشكلة التخطيطي (وضعت خطة واتبعها) أو ركزت فقط على الخطوة التالية) يُعد، بشكل عام، أكثر تكيفًا من الهروب-الإحجام (تمنيت أن تحدث معجزة أو حاولت أن أخفف التوتر عن طريق الأكل، أو الشرب، أو تعاطي المخدرات) أو التعایش بالمواجهة (طرحت مشاعري للخارج إلى حد ما) أو عبرت عن غضبي للشخص الذي سبب المشكلة).

إن عددًا من ملامح هذا المنحى جدير بالملاحظة. أولاً، هناك تأكيد على ما يطلق عليه لازاروس اسم المنحى المتوسطي المعرفي^(١) والذي يؤكد المعنى أو

التقدير المعرفي للموقف. ثانياً، تفهم المشقة في ضوء العلاقة بين الفرد والبيئة. وما هو شاق بالنسبة لشخص ليس بالضرورة كذلك بالنسبة لآخر. وبالتالي لا نستطيع الحديث عن تنبؤ شاق في ذاته، بل بالأحرى يجب الحديث عن علاقة بين الدرجة المحتملة للضرر المدرك والموارد المدركة للتعایش معه؛ فالمشقة ليست في التنبؤ لو الموضوع، لكنها في العلاقة بين الشخص والحدث. ثالثاً، ينظر إلسي المشقة والتعایش كعمليات أكثر مما ينظر إليها في ضوء السمات، فقد افترض لازاروس أن الأفراد يستخدمون عددًا متنوعًا من أساليب التعایش اعتمادًا على طريقتهم المفضلة والمتطلبات التكيفية للموقف: "ورغم أن أساليب التعایش الثبة موحدة ومهمة، إلا أن التعایش يعد سياقياً بشكل كبير، فلكي يكون فعالاً يجب أن يتغير عبر الوقت وعبر ظروف المشقة المتنوعة" (Lazarus, 1993a, p. 8). وفي النهاية، يمكن ملاحظة أن لازاروس رأت عملية التعایش تحدث على مستوى كل من الشعور واللاشعور، فالمرء أحياناً يعي الأسلوب الذي يستخدمه في التعایش، وأحياناً أخرى يحدث هذا على مستوى لاشعوري. ويليجار يؤكد نموذج لازاروس للمشقة والتعایش على كل من العمليات المعرفية التعديلية أو التوسطة، والعلاقات بين البيئة والفرد، وبين الشخصية والتأثيرات السياقية، وعلى العمليات الشعورية واللاشعورية.

بمرور الوقت نظر لازاروس للمشقة بوصفها جزءاً من المتحى المعرض المتصل بالانفعالات فقد طور نظرية علانية-دافعية معرفية في الانفعالات^(١). وهي نظرية معرفية في تأكيدها عمليات التقدير والمعتقدات حول الذات ولعالم. وهي دافعية لأنها تتضمن دوافع وأهدافاً يواجه بها الفرد البيئة، وهي علانية في تأكيدها على العلاقة بين الفرد والبيئة. ويتأثر الانفعال الذي يمر به الفرد بالمدى الذي يماس به الموقف والمواجهة الحادثة فيه مع أهداف المرء الشخصية ومدى

إعاقه هذا الموقف أو تيسيره لتلك الأهداف. فالانفعالات السلبية تكون مصاحبة للتقديرات التي تشير إلى أن أهدافاً مهمة ستتم إعاقتها في المواجهة. بينما يشعر بالانفعالات الإيجابية عندما تيسر التقديرات إلى أن أهدافاً مهمة سيتم تيسيرها. وبالإضافة إلى ذلك يفترض أن الفرد يقوم بتقديرات أخرى في كل مواجهة تؤثر على الطبيعة النوعية للانفعال الذي يمر به. فمثلاً، عندما يعضب الفرد فإنه يكون قد قام بتقدير أن أهدافه قد أعيقت بسبب فعل شخص آخر؛ بحيث يفع اللوم هنا على الآخر. والعكس بالنسبة للشعور بالذنب حيث يلوم الفرد نفسه لإعاقتها لأهداف. كما تتم تقديرات للاحتتمالات الممكنة لتغير الموقف. فانفعال الأمل يرتبط بتقدير أنه يمكن تحسين موقف سلبي، أو أنه يمكن إنتاج موقف إيجابي، بينما يكون انفعال الحزن مصاحباً لتقدير أن هناك خسارة نهائية.

طور كارفر وشاير أيضاً مقياس تقرير ذاتي لعمليات التعايش - استبيان تفصيل عمليات التعايش^(١) (COPE) (Carver, Scheier, & Weintraub, 1989). ويعرف هذا الاستبيان ثلاثة أساليب كبرى للتعايش، هي: حل المشكلة (كالتعايش النشط، والتخطيط، وكبت النشاطات المنافسة)، والتكيف الذهني^(٢) (كالقبول، وإعادة التأويل الإيجابية) والإحجام (كالإنكار، والانفصال السلوكي والعقلي، وتعاطى المخدرات - الكحول)، وكما سنرى في القسم التالي، يستخدم هذا الاستبيان في دراسة العواقب الصحية للأساليب المختلفة للتعايش مع المشقة. وفي الوقت نفسه فإن مقياس لازاروس ومقياس كارفر وشاير كليهما يُعد تقريراً ذاتياً، لذا أثّرت تساؤلات عما إذا كانت الإجابات على البنود تعكس الأساليب الفعلية التي يتعايش بها الأفراد مع المشقة في حياتهم اليومية (Coyne & Gottlieb, 1996; Smith, Leffingwell, & Ptacek, 1999).

The Coping Operations Preference Inventory^(١)
 Modification^(٢)

التعاضد وآليات الدفاع:

ربما يتكررا الاهتمام بالفروق العرقية في أساليب التعاضد مع المشقة ببعض آليات الدفاع التي أكدتها نظرية التحليل النفسي (الفصل السابع). فقد أثبتت أسئلة، حديثاً، حول العلاقة بين الاثنين. تفترض إحدى وجهات النظر أن آليات الدفاع تُعد أكثر نزوعية^(١)، ولا شعورية، ومرضية^(٢)، بالمقارنة بعمليات التعاضد (Cramer, 2000) ورغم فائدة هذه الرؤية إلا أن التمييز بينهما ليس دائماً بهذا الوضوح الفاطع (Erdelyi, 2001; Newman, 2001) لاسيما وأن الجدل الذي أثير في الماضي ركز على ما إذا كانت مختلف أساليب التعاضد أو الجهود الدفاعية تعد تكييفية أم غير تكييفية^(٣)، صحية أم مرضية. فمن ناحية يميل التحليليون إلى رؤية "التوجه الواقعي"^(٤) كمحدد أساسي بالنسبة للصحة الانفعالية، ويرون الدفاعية^(٥) علامة على المرض (Colvin & Block, 1994; Shedler, Mayman & Manis, 1993) ومن ناحية أخرى يميل نورو التوجه المعرفي الاجتماعي إلى رؤية بعض آليات التعاضد، كالخداعات^(٦) الإيجابية وخداعات الذات بوصفها صحية وتكييفية. فمثلاً، يفترض أن تكون الخداعات الإيجابية عن الذات، وعن قدرة الفرد في السيطرة على الأحداث، وعلى المستقبل واعدة، بل ربما تكون جوهرية، بالنسبة للصحة النفسية (Taylor, Kemeny, Reed, Bower, & Gruenewald, 2000).

Dispositional (١)

Pathological (٢)

Maladaptive (٣)

Reality Orientation (٤)

Defensiveness (٥)

Illusions (٦)

أضواء على باحث

ريتشارد لازاروس Richard S. Lazarus

التقدير والمعنى الشخصي في المشقة والتعايش، والانفعال



عندما أُنيت إلى المشهد في أواخر الأربعينيات (١٩٤٠)، كان قليلون جدًا من علماء النفس مهتمين بالمشقة. وحدث لي أن رأيت المشقة والانفعالات المصاحبة لها، كم مشكلة كبيرة تتصل بالتكيف الإنساني في الحياة اليومية. فأكثر المعارك والنقلات أهمية في الحياة، مثل الذهاب للمدرسة، والأداء العلني؛ والامتحانات؛ وحل مشكلات العمل؛ والانسجام مع الآخرين؛ والتعامل مع الوالدين والأولاد؛ والمعلمين؛ والمسنين؛ واجتياز أمراض تهدد الحياة كل ذلك يتضمن مشقة. ومع ذلك فإن المشقة أقل أهمية، بشكل ما، من الطريقة التي يواجهها بها الأفراد؛ فالتعايش السيئ يجعل المشقة أسوأ ويسهم بها في الإصابة بالمرض الجسدي والنفسي.

وبالإضافة إلى القضايا العقلية البحتة، كان هناك سبب شخصي مهم لاهتمامي بالموضوع. لقد كنت أنظر إلى طفولتي ومراهقتي بوصفهما مراحل شاقة جدًا، وكنت أشعر أن انفعالاتي تخرج عن سيطرتي بسهولة جدًا. وقد أردت فهم ما كان يحدث في معارك حياتي الشخصية، وأن أستطيع تطبيق ما تعلمته على نفسي وعلى الآخرين الذين يحتاجون مساعدتي.

وتبين سريعًا أن لأداء الشقة للعيش ليس لها نفس التأثير على كل

الأشخاص. فقد أظهر البعض عجزاً في أدائهم، بينما لم يظهر على البعض الآخر تأثيرات واضحة؛ في حين تحسن أداء آخرين. بخلاف التأكيد المعيارى التقليدى في علم النفس، كان علينا أن نأخذ الفروق الفردية فى الحسبان. وبصفتى عالم نفس وذا اهتمامات عيادية قوية، فقد انجذبت إلى المبادئ العامة التى يمكن أن تكون لها تطبيقات لأفراد فى مارق. فكما صاعها لاروسفوكولد La Rochefaucauld "إنه من الأسر أن تعرف الإنسان بصفة عامة، من أن تفهم إنساناً واحداً بصفة خاصة". لقد أصبحت معتقداً بأننا بحاجة إلى فهم ماذا فى الأفراد وفى الظروف البيئية التى يواجهونها، يمكنه تفسير ما إذا كانوا يعانون من المشقة، وبأى طريقة يعانون؟ وكنت أطروح حتى الأساسية هى أن الطرق التى يقدّر بها الأفراد ويتعايشون مع المعنى الشخصى لما يحدث لهم تشكل حياتهم الانفعالية. وهذه الأطروحة مصاعة بكفاءة فيما قاله شكسبير على لسان هاملت (الفصل الأول، المشهد الثانى): "لا يوجد ما هو حسن أو سيئ، إنما التفكير يجعله كذلك". وبالتالى، فإن التقدير والتعايش، والانفعالات التى تتأثر كلها بالفروق الفردية فى ترتيب الأسماء وفى المعتقدات حول الذات والعالم.

وأوضح البحث الذى أجريته بالأفلام ذات الصور المتحركة فسى باكورة المستنجات، أنك لو غيرت طريقة الناس فى تأويل ما يحدث فى فيلم مزعج، فإنك تستطيع أن تؤثر تأثيراً كبيراً على مستويات المشقة التى يظهرونها. ويناقل كتاب المشقة النفسية وعملية التعايش *Psychological Stress and the Coping Process* الذى نشرته سنة ١٩٦٦، المناحي النظرية والدراسة الواقعية للمشقة من هذا المنطلق. وأمىل إلى الاعتقاد بأن هذا البحث ساهم فى الاتساع السريع للاهتمام بالمنحى التعديلى-المعرفى للمشقة والتعايش، سواء فى الدوائر المتخصصة أو غيرها. ولقد تابعنا النشر فى ذلك مؤخراً، أنا وسوزان فوكمان Susan Folkman، بكتاب المشقة، والتقدير، والتعايش (1984) *Stress, Appraisal, and Coping*.

وقدمت حديثاً نظرية العلائقية-الدافعية-المعرفية في الانفعالات، التي اختبرت فيها كل انفعال من حيث معناه الحقيقي بالنسبة للفرد وعملية التقدير التي أنتجت هذا المعنى (Lazarus, 1991). ولما كانت المثقة تتضمن كثيراً من الانفعالات المختلفة، تصل إلى خمسة عشر انفعالاً أو أكثر، فإن دراسة الانفعالات التي يمر بها الأفراد في مواجهاتهم التكيفية ستقدم تحليلات حول ما يحدث نفسياً أقوى بكثير من دراسة المثقة على إطلاقها، حيث يتم تناولها نمطياً بوصفها متغيراً مجرد البعد (Lazarus, 1993b).

ومن ثم؛ فإن معرفتنا أن رد الفعل هو القلق، أو الغضب، أو الشعور بالذنب، أو الأمل أو الفخر تخبرنا عن الأفراد وعما يتعاملون معه في حياتهم أكثر بكثير من معرفتنا أنهم يحبرون قدرًا معيناً من المثقة. فكل انفعال يحمل معنى مميزاً يكونه الفرد عن علاقاته بالآخرين. وأصبح مفهوم التقدير والتعايش مقبولين بل سائدتين في الجهود الراهنة لفهم الحياة الانفعالية ودورها في التكيف.

وبطراً للاتجاهات الجديدة والمتجددة في علم النفس؛ فإنه من التهور التنبؤ بالمستقبل. قد تكون عبارات حول ما نأمله أكثر حساسية. أمل أن ينطوى المستقبل على استعداد أكبر من قبل علماء النفس لدراسة ما أعرض عنه علم النفس تكراراً - تحديدًا، المعاني الشخصية للعلائقية التي تقف وراء انفعالاتنا، وفي الواقع، الكثير مما نمارسه لتعايش. إن الأحكام التقويمية المركبة، ما أطلقنا عليه التقديرات، تنتج هذه المعاني. أما كيف يتم ذلك فهو من ثم مهمة مركزية بحثية وتنظرية.

أتمنى أيضاً أن تستمر عملية التعايش في استثارة الاهتمامات البحثية، تلك العملية التي أشرنا إليها بوصفها الطرق المتنوعة للتكيف مع العالم وتنظيم انفعالاتنا. ويعد قياس التعايش وفعاليتيه في تيسير التكيف من بين أهم الأبعاد التي يعتمد عليها فهمنا الشامل لحياتنا الانفعالية (Lazarus, 1993a).

ولا يكفي دراسة التعايش والانفعال بين الأشخاص وحدها، ولا مر حلال الاستحارات. نحن نحاج للدراسة العميقة، المكلفة والتي تستغرق وقتاً، والتي

يُدرس من خلالها بناء المعنى وعملية التعايش داخل-الفرد (داخل الفرد نفسه، عبر الزمن والمواقف). والتحدى الأعظم الآن هو دراسة العمليات المتضمنة بشكل طبيعي، وبشكل طوني، وبعمق، على أن نولي مزيداً من الانتباه الدقيق للأدلة على العمليات اللاشعورية، مثل دفاعات الأنا التي قد تقع تحت سطح أفعالنا وردود أفعالنا.

فهل هناك أى مخرج من هذا الخلاف؟ ربما تقع الإجابة في الطرق التي نستخدم بها هذه العمليات أو الآليات. فأحد الفروق بين الآليات الصحية وغير الصحية هو مستوى شدة عمل هذه الآلية أو تلك. فالدفاعات، مثلاً، يمكن أن تتراوح من إنكار صعوبات صحية جوهرية إلى رؤية الذات على أنها أكثر إيجابية بقليل مما يقوله عنها الآخرون. فالإنكار ربما يكون إشكالياً إذا كان يعنى أن الفرد لا يقوم بشيء في الموقف الذي يمكن عمل شيء فيه. لكنه لا يكون كذلك عندما لا يوجد شيء يمكن فعله. على سبيل المثال، يُعدّ الإنكار أكثر إشكالياً حين تكون النتيجة إهمال مسألة صحية، ربما يؤدي ذلك إلى نوبة قلبية أو اكتئاب متأخر لسرطان، لكنه يكون أقل إشكالياً عندما يكون الموت وشيكاً، لا يمكن تحاشيه. وفي النهاية، فرق أخير يتمثل في المدة الزمنية التي نستخدم خلالها الآلية - أى ما إذا كانت بالفعل أسلوباً للحياة أم يختص استخدامها بموقف محدد. فمثلاً، التحيزات الخاصة بتحسين الذات يمكن أن تكون تكيفية على المدى القصير (مثل تحسين تقويم الذات) لكنها تصبح غير تكيفية إذا استخدمت عبر مدد ممتدة من الزمن (Robins & Beer, 2001). إن العمليات التكيفية تميل إلى أن تكون أقل شدة، وأكثر ارتباطاً بالموقف، وأقصر مدة. بينما تميل عمليات سوء التوافق لأن تكون أشد، وأكثر اعتماداً على الموقف، وأطول مدة. وكما في كثير من العمليات النفسية المعقدة، ربما يكون من الصعب التمييز بين الاثنين في أى موقف معين. فى حد ذاته، بشكل عام، يمكن أن يكون للتمييز بين عمليات التعايش الدفاعية، التكيفية وغير التكيفية، معنى وفائدة مفهومان.

الانفعال، والتكيف، والصحة

لنوع الانفعالات التي نمر بها والطرق التي نتعاش بها مع مشاق الحياة تضمينات بالنسبة للصحة الجسدية والنفسية (Ader, 2001; Contrada, Cather, & O'Leary, 1999; Salovey, Rothman, Detweiler, & Steward, 2000; Suinn, 2001). وبشكل عام يُعد الوجدان السلبي والمشقة المستمرة عاملان سيئان بالنسبة لصحة الشخص، بينما يُعد الوجدان الإيجابي عاملاً جيداً لصحة الشخص. وفي ضوء هذا الأخير تُوضع دراسة حديثة محل اهتمام خاص، حيث تم في هذه الدراسة تحليل سير ذاتية مكتوبة بخط اليد لرايات كاثوليكيات، جمعت عندما كن في سن يتراوح بين ١٨ و ٣٢، وبعد مرور ستة عقود، وُجد ترابط قوى جداً بين المحتوى الانفعالي الإيجابي في هذه السير الذاتية وأطوال أعمارهن (Danner, Snowdon, & Friesen, 2001) ويشير بحث آخر إلى أن طبيعة أو جودة العلاقة الرواجية لها عواقب دالة سواء بالنسبة للصحة النفسية (مثل: الاكتئاب) أو الصحة الجسدية (مثل تصلب الأوعية الدموية والأداء الوظيفي لجهاز المناعة) (Kiecolt-Glaser & Newton 2001). النفسي والجسمي، ورغم أنهما يلاحظان منفصلين، إلا أن لهما آثاراً مختلفة. ذلك أن جودة الأداء الوظيفي النفسي لها تضمينات مباشرة على جودة الصحة الجسمية وجودة الصحة الجسمية لها تأثيرات مباشرة بالنسبة لحسن الحال النفسية.

ليست فكرة أن العقل والجسم متصلين داخلياً جديدة إذ اقترص المحللون النفسيون أن الصراعات النفسية يمكن أن تنتج اضطرابات في الأداء الوظيفي الجسدي، أو ما يطلق عليها الاضطرابات النفسجسمية^(١) (Alexander, 1950)، ففي هذه الحالات تؤثر النفس^(٢) أو العقل^(٣) على الجسم^(٤). وما يهمنا معرفته هو أن

Psychosomatic Disorders (١)

The Psyche (٢)

Mind (٣)

The Soma (٤)

الاضطراب في الأداء الوظيفي الجسمي يكون حقيقياً، كما يحدث في اضطرابات مثل ارتفاع ضغط الدم، والفرحة. ومن وجهة النظر التحليلية آنذاك، فإن صراعات نفسية محددة كانت مرتبطة باضطرابات جسمية محددة، فمثلاً صراعات الحاحات الاعتمادية وتميى المرء أن تتم تعذيبه ربما ينتج عنها قرحة المعدة. وقد واجهت هذه الرؤية صعوبات عندما كان من الصعب الإتيان الواقعي لما تقترحه من خلال المشاهدة العادية - ثبت وجود صلة بين صراعات نوعية معينة واضطرابات جسمية نوعية.

وقد عاد الاهتمام حديثاً بالصلة بين العقل والجسم، مع أن المناهى الحالية تعد أكثر واقعية ولا تعتمد على النموذج التحليلي. بالإضافة إلى ذلك، هناك جهد يُبذل لتحديد دقيق للصلة الفعلية بين العمليات النفسية والعمليات الجسمية، أى لفهم وقياس العمليات البيولوجية التى تتوسط المشاعر وتكوين المرض أو الصحة (Kiecolt - Glases, McGuire, Robles, & Glaser, 2002).

رأينا بالفعل فى الفصول الأولى الدليل على الجهود المبذولة لربط العمليات النفسية بحسن الحال النفسية والجسمية. فمثلاً، وضعت افتراضات للروابط بين أنواع العزو الداخلية، والثابتة، والكلية للأحداث السلبية والاكتئاب؛ وبين معتقدات انخفاض الكفاءة الذاتية وتدنى الأداء الوظيفي للجهاز المناعي، وبين صراعات الهدف وزيادة الشكاوى الجسمية والنفسية وتكرارها. والبحث مستمر فى كل هذه المجالات.

ونعرض فى الفقرات التالية لثلاثة مجالات من البحث، تتصل بالعلاقة بين الشخصية والصحة وهى:

التفاؤل^(١)، والوحدانية السلبية^(٢) وقمع الانفعال^(٣). فهذه المجالات الثلاثة تُعد

Optimism (١)
Negative Affectivity (٢)
Suppression of Emotion (٣)

محالات نشطة من البحث، ومن الممكن أن تكون مرتبطة بالمحتوى الذي تم تناوله مبكراً في الكتاب.

التفاؤل والصحة: قوة التفكير الإيجابي

في السنوات الأخيرة، أوجت بعض الكتب، من قائمة أكثر الكتب مبيعاً، أن التفاؤل والمزاج الإيجابي مفيدان للصحة (Cousins, 1979; Siegel, 1986)، فهل من دليل على صدق هذه الادعاءات؟ وهل من دليل على قوة التفكير الإيجابي؟ بحث شاير Sheier وكارفر Carver (1993) على مدى سنوات من العقد الماضي، العلاقة بين التفاؤل والصحة. ويُعرّف التفاؤل بأنه الاعتقاد أو التوقع بأن أشياء طيبة -عكس سيئة- سوف تحدث عامة في حياة الفرد. ويفترض شاير وكارفر أن الأفراد يكونون توقعات معمرة^(١)، وهي تشبه الرؤية التي اقترحها روتر Rotter (الفصل الثالث). يُنظر إلى التفاؤل، إذن، كخاصية جوهرية في الشخصية تتضمن توقعات معمرة تتصل بالمستقبل. ويقع الأفراد على متصل من المتشائمين^(٢) (الأفراد الذين يتوقعون بشكل عام حدوث أشياء سيئة) على أحد الطرفين والمتفائلين (الأفراد الذين يتوقعون بشكل عام حدوث أشياء طيبة) على الطرف الآخر. وتم تكوين مقياس لقياس الفروق الفردية على هذا المتصل، وهو اختبار توجه الحياة^(٣) (Scheier & Carver, 1985; Scheier, (LOT) Carver, & Bridges, 1994)، جدول [١٠-٥] وتُوحى نتائج الدراسة أن الفروق الفردية على امتداد بعد التفاؤل-التشاؤم ثابتة نسبياً على مدى ثلاث سنوات، حتى في مواجهة الكوارث الفردية (Scheier & Carver, 1987, 1993). ورغم توفر دليل على أن مقياس توجه الحياة يمكن استخدامه لتحديد الأفراد على امتداد عددين منفصلين: بُعد التفاؤل، وبُعد التشاؤم ويقرر شاير وكارفر النظر إلى التفاؤل

Generalized Expectancies (١)

Pessimists (٢)

The Life Orientation Test (٣)

والتساوم، كتطبيع متقابلين على بُعد واحد.

جدول (١٠ - ٥)

بنود توضيحية من اختبار توجه الحياة (LOT).

١- في الظروف غير الواضحة لتوقع عادة الأفضل.

٢- أنظر دائما إلى الجانب المشرق من الأشياء.

٣- أنا من المؤمنين بفكرة أن لكل شيء جانبه المشرق.

٤- نادرا ما أتوقع أشياء طيبة تحدث لي. (درجة عكسية)

المصدر:

Scheier, M.F., & Carver, L.S. (1985). "Optimism coping and Health: Assessment and implications of generalized outcomes expectancies. *Health Psychology*, 4, 219 - 247.

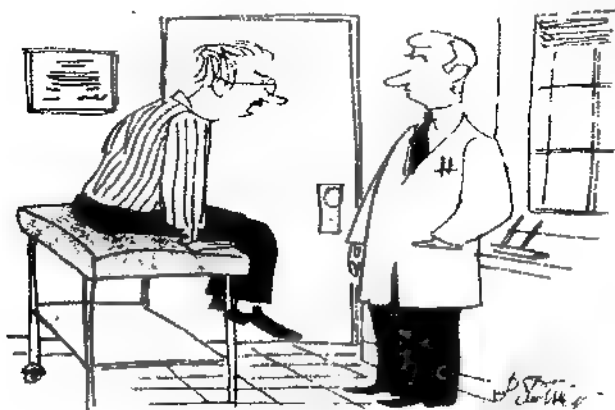
فهل يختلف الأفراد في النزوع للتفاؤل كما يعرف بالدرجة على مقياس توجه الحياة؟ نعمًا لشايبير وكارفر، فإن عددًا متناميًا من الدراسات يفترض أن "المتفائلين يحتفظون عادةً بمستويات مرتفعة من حسن الحال أثناء أوقات المشقة، أكثر مما يفعل الأفراد الأقل تفاؤلاً" (1993, p. 27) فمثلاً، وجد أن المتفائلين يتوافقون، بشكل أفضل من المتشائمين، في مرحلة الانتقال من المدرسة إلى الجامعة، كما وجد أن التفاؤل يرتبط بمستويات منخفضة من المشقة لدى النساء المصابات بسرطان الثدي (Aspinwall & Taylor, 1992; Carver et al., 1993). ومع ذلك يبدو أن آثار التفاؤل تتجاوز حل الأفراد بشعور بالتحس؛ ففي دراسة لعلاقة هذه الصلة للتخصية بحسن الحال بالنسبة للجسم تم دراسة النزوع إلى التفاؤل في علاقته بالشفاء من جراحة انسداد الشريان التاجي (CABS)، حيث كان يتم تقويم النزوع للتفاؤل قبل الحراحة وعلاقته بالشفاء الجسمي للمريض وحسن الحال العامة لمدة من ستة إلى ثمانية أيام، ثم بعد ستة أشهر بعد العملية. وقد وجد أن النزوع للتفاؤل يرتبط بمعدلات أسرع للشفاء الجسمي أثناء مرحلة الإقامة في المستشفى، ومعدلات أسرع للعودة إلى نشاطات الحياة اليومية بعد الخروج من المستشفى،

ويرتبط أيضاً بجودة الحياة فيما بعد ستة شهور من العملية (Scheier et al, 1989). باختصار، تشير هذه الدراسة وغيرها من الدراسات إلى أن الخروج للتفاعل له تأثير فعال على شعاع المريض من حرجة انحداد الشربيل الناجي (Scheier et al., 1999). لاحظ أن كثيراً من هذه الدراسات لم تستخدم بيانات التقرير الذاتي فقط، بل استخدمت أيضاً البيانات السلوكية. فقد ارتبط التفاعل بالنجاح طويل المدى للمرضى في مواجهة مرضهم (Maruta, Colligan; Malinchoc, Offord 2000) وبيجاز هاتك دليل على أن الخروج للتفاعل - مثله مثل مغريات نفسية أخرى ترتبط بالوحدة الإيجابية - يرتبط بكل من حسن الحال الجسمية والنفسية (Taylor, Kemeny, Reed, Bower, & Gruenwald, 2000).

كيف يفسر المرء هذه العلاقة؟ يفترض شايبر وكارفر أن آليات الدفاع تلعب دوراً مهماً في تعديل آثار التفاعل على الكفاءة (Carver & Scheier, 1999)، وبدأ بحثهما في هذا المجال بالبحث في العلاقة بين الفروق الفردية في التفاعل والتشاؤم وأساليب التعايش، وبدأ بالتمييز الذي وضعه لازاروس وزملاؤه بين التعايش المتمركز حول المشكلة^(١) (أفعال تهدف لإبعاد أو إزالة مصدر المشكلة) والتعايش المتمركز حول الانفعال^(٢) (محاولة خفض أو محو الكرب الانفعالي المصاحب للموقف). فقد افترض كارفر وشايبر أن كلاً من العوامل الموقفية والعوامل الشخصية ستؤثر في اختيار حيل التعايش؛ ومن المحتمل أن يكون التعايش المتمركز حول المشكلة أرجح في المواقف التي يعتقد فيها الأفراد أن شيئاً ما يمكن فعله نحو مصدر المشكلة، بينما يكون التعايش المتمركز حول الانفعال أرجح، عندما يعتقد الأفراد أنه لا يمكن فعل الكثير نحو الموقف. أما بالنسبة إلى الاستراتيجيات التي يستخدمها كل من المتفائلين والمتشائمين للتعايش مع المنفعة.

فيرجح أن يستخدم المتفائلون أساليب التعايش المتمركزة حول المشكلة، وأن يستخدم المتشائمون أساليب التعايش المتمركزة حول الانفعال.

وفي اختبار لهذه العلاقات أكمل مبحوثون مقياس توجه الحياة (LOT) ومقياس طرق التعايش^(١). وطلب من المبحوثين وصف أكثر المواقف مشقة التي واجهوها في الشهرين الماضيين، وإلى أي حد كانوا يعتقدون أن الموقف يمكن التحكم فيه، ثم تم قياس ارتباط درجات تفاؤلهم بمختلف آليات تعايشهم مع المواقف التي وصفت بأنها قابلة للتحكم، وتلك التي وصفت بالعكس، وكذلك المواقف جميعها؛ فارتبط التفاؤل إيجابياً بالتعايش المتمركز في المشكلة، خاصة عندما كان الموقف يُدرك على أنه قابل للتحكم.



أعتقد أن مزاجاً سيئاً سيكون مفيداً لصحتك

للتفاؤل والصحة: يفرص البحث وجود علاقة بين أساليب التعايش مع المشقة والصحة؛ فيبدو أن الميول الإيجابية والتفاؤلية تُفيد لصحة الفرد من الميول السلبية والتشاؤمية.

وفي متابعية لهذه النتيجة جعل شاير وكارفر المشاركين يكملون مقياس توجه الحياة (LOT)، ثم بعد عدة أسابيع جعلاهم يحددون كيف سيستجيبون لخمسة مواقف افتراضية، وصفت بأنها مسببة للمشقة، وإن كان من الممكن التحكم فيها. وأحد هذه المواقف يقرأ كالآتي:

بقي على بدء الامتحانات النهائية لأسبوع وحت فجأة وأنت تنظر إلى جدول الامتحان أن ثلاثة من امتحاناتك النهائية في اليوم نفسه، وثلاثتها مواد أنت تعدها صعبة، كما أنها جميعها من مواد تخصصك الرئيس (Scheier, Weintraub, & Carver, 1986, p. 1261).

ارتبطت درجات مقياس توجه الحياة (LOT) بدرجات استخدام مختلف وسائل التعايش، المشتقة من أوصاف المبحوثين المتصلة بكيف سيستجيبون لكل موقف من المواقف الخمسة، وكما هو واضح في جدول (١٠-٦) ارتبط التعاؤل بشكل دال بالتعايش المتمركز حول المشكلة ويقمع النشاطات المنافسة، وارتبط سلبياً بالتعايش المتمركز حول الانفعال (أي، الميل للتركيز على المشاعر والتعبير عنها، والميل للانفصال (Scheier et al., 1986)). ووجدت علاقات مشابهة في دراسة عن التعاؤل والتعايش استخدم فيها مقياس كل من التعاؤل والتعايش: (COPE) (Carver, Scheier, & Weintraub, 1989).

جدول (١٠ - ٦)

الارتباط بين التعاؤل وأبعاد التعايش

تثير العلاقات إلى الارتباط الإيجابي بين التعاؤل والتعايش التفتت، والارتباط السلبي مع كل من الانفصال والتركيز على المشاعر والتعبير عنها كاشكال من التعايش.

معامل الارتباط	بعد التعايش
*.١٤	- التعايش المتمركز حول المشكلة
**٠.٢١	- قمع النشاطات التنافسية
**٠.٢٠	- البحث عن مساندة اجتماعية

٠٠,٢١	- التركيز على التعبير عن المشاعر
٠٠,٣٠	- الانسحاب
٠٠,٠٧	- إعادة التعبير الإيجابي
٠٠,٠٩	- لوم الذات

(١) كمال عن مستوى $\leq ٠,٠٥$ (٢) كمال عن مستوى $\leq ٠,٠١$

المصدر:

"Coping With Stress. Divergent Strategies of Optimists and pessimists" by M. F. Scheier, J. K. Weintraub, and C. S. Carver, 1986, *Journal of Personality and Social Psychology*, 51, p. 1261, Copyright 1986 by the American Psychological Association. Reprinted by permission.

وبالعودة إلى دراسة سرطان الندى التي لاحظنا فيها مكرراً ارتباط التناول ومستويات منخفضة بين المشقة، أحاب المشاركون على مقياس التعايش (COPE) في ضوء الكيفية التي استجابوا بها لمثيرات المشقة المصاحبة للتشخيص والجراحة. وارتبط التناول إيجابياً بقبول واقعية الموقف، والمرح، وعمل أفضل ما يمكن عمله، كما ارتبط سلبياً بالانتحار والإحجام، والانعزال عن جهود التعايش، ويوحى للدليل أن الفروق في جهود التعايش عملت كأداة أصبحت بموجبها النساء المتفانيات أقوى صحة من النساء المتشائمات (Carver et al., 1993).

فما الذي سنستجبه من هذا البحث؟ يشرح شايير وكارفر (1993) الآتي:

تشير بحوث معاصرة ذات مصلار متنوعة إلى أن المتفانين يتعايشون بطرق أكثر تكيفاً من طرق المتشائمين؛ فمن المحتمل أن يتجه المتفانلون مباشرة نحو حل مشكلاتهم أكثر مما يفعل المتشائمون، كما أنهم أكثر تحطيظاً في تعاملهم مع التوتر الذي يواجهونه، وأكثر تركيزاً في جهودهم للتعايش ومن المحتمل أن يقبل المتفانلون المواقف الشاقة التي تواجههم بواقعية أعلى من المتشائمين، ويبدو أنهم أيضاً أكثر عزمًا على الاستئدة من الخبرات السلبية في نموهم الشخصي، وبحاولون فعل الأفضل في المواقف السيئة. وفي معابل استنحات التعايش الإحابية هذه، يبدو أن المتشائمين يميلون، أكثر من المتفانلين، للاستحاة للأحداث الضارة من

خلال محاولتهم إنكارها أو عن طريق محاولة تجنب التعامل مع المشكلات، كما يميلون أكثر إلى وقف المحاولات عندما تظهر الصعوبات (pp. 27-28).

بالإضافة لهذه العلاقة بعمليات التعايش، وجد أن التفاوض مرتبط بمزاج إيجابي أعلى وأداء فيسيولوجي أكفأ، ولذا أفضل لجهاز المناعة. فمثلاً، في دراسة عن توافق الطلاب مع المشقة التي يواجهونها في النصف الأول من العام الدراسي في كلية القانون؛ ارتبط النزوع التفاوضي بتجنب أقل، واضطراب انفعالي أقل، وبمستوى أعلى من الدرجات في قياسات الأداء الوظيفي المناعي الذي يعتقد أنه مفيد للصحة الجسمية. بل إن هذه العلاقات كانت أكثر لفتاً للنظر على مقياس للتفاوض الموقفي مصمم خصيصاً لمثيرات المشقة الخاصة بهذه المرحلة، أي النصف الأول من العام الدراسي الجامعي الأول (Segerstrom, Taylor, Kemeny & Fahey 1998). ويبدو جلياً أن المتقائلين يختلفون عن المتشائمين في ثور انتباههم؛ فبينما يركز المتقائلون انتباههم على التنبيهات الإيجابية بالمقارنة بالسلبية؛ يفتقر المتشائمون العكس (Segerstrom, 2001). وهذه الفروق في ثور الانتباه ليست شعورية، كما يعتقد أنها تسهم في تحسين للتوافق لدى المتقائلين.

وفي النهاية، فإن التفاوض بصاحب السلوكيات المرتبطة بالصحة (Carver & Sheier, in press) فالتقائلون أفضل من المتشائمين في الالتزام بنظام غذائي وتدريب، كما أنهم أقل تورطاً في تعاطي المخدرات.

نقتصر ضمناً من هذه النتائج أن التفاوض شيء جيد بالنسبة للأشخاص، ويتمساءل كارهر وشاير عما إذا كان هذا صحيحاً دائماً. فهما يفترضان أن التفاوض حسن شكل عام، إلا أنه يمكن أن يؤدي إلى نتائج سيئة إذا كان الشخص متقائلاً بشكل مبالغ فيه وبطريقة غير منتجة (كالخوس و الانتظار لكي تحدث أشياء جيدة) أو إذا استخدم دون مرونة، في مواقف غير قابلة للحكم، حيث يكون التعايش المتمركز حول الانفعال أكثر تكيفاً. ومع ذلك؛ فهما يلاحظان أيضاً أن الدراسات تشير إلى أن المتقائلين يبدون موجّهين سطر التعايش السط أكثر من الانطوار

السلبى والإنكار، كما ييسون أكثر مرونة فى استخدامهم لأساليب التعاميش عندما تتطلب المواقف مزيداً من الجهود المتمركزة على المشكلة، وبالتالي يستتبحان أن التفاعل مفيد بالنسبة للأداء الوظيفى الجسمى والنفسى. ورغم أنه من الواضح أن المراح الإيجابى أفضل بالنسبة لصحة للفرد؛ فمن الواضح أيضاً أن مثل هذا المراح لا يمكن اصطناعه؛ وبالتالي فإن مراجعة حديثة للتراث العلمى تشكك فى القول بأن التعرض للفكاهة، كمشاهدة أفلام مضحكة، له آثار مفيدة على الصحة أكثر من مجرد إراحة انتباه الفرد عن المشقة الحالية (Martin, 2001).

العصائية والوجدانية السلبية:

نعرض فى هذا الجراء لبناء الشخصية ذات الوجدانية السلبية (NA)⁽¹⁾، أو النزوع للشعور بحالات انفعالية منفرة، كالقلق أو الاكتئاب (وكذلك الوجدانات السلبية الأخرى مثل الغضب والاشمئزاز والازدراء)، والميل للنظرة السلبية للذات، وأن يكون المرء مستبطناً ويستقر فى الجانب السلبى من الذات والعالم (L.A. Clark & Watson, 1991, 1999; D. Watson & Clark, 1984, 1992, 1993). ويُنظر إلى الوجدانية السلبية كسمة شخصية تعبر عن حالة سلبية عامة عبر المواقف والزمن، كما يُنظر إليها بوصفها متصلة بسمات العصائية والقلق، ووجد أنها مصلحة للقلق العيادى والاكتئاب، وإن كانت أشمل فى مظاهرها. ولا يُنظر للأفراد المرتفعين فى الوجدانية السلبية بوصفهم عاجزين عن الشعور بالبهجة أو الاستثارة أو الحماس، بل بالأحرى يُعرف الفرد مرتفع الوجدانية السلبية على ضوء نزوعه لمعيشة الانفعالات السلبية والمشقة والضيق. ونكمن أهمية هذه النقطة فى أنها -كما أشربا- تعترض وجود بعدين للوجدان، الوجدان الإيجابى (PA) والوجدان السلبى (NA)، حيث يمكن للأفراد أن يحصلوا على درجات مرتفعة على أحدهما أو على الآخر، أو على كليهما. فمثلاً ربما يكون للشخص حيرات متعددة

Negative Affectivity (1)

لكل من البهجة والمشقة، أو أن يكون إما مبتهجا أساسا أو شاعرا بالمشقة أساسا، أو ألا يمر بأى منهما إلا نادرا.

فما علاقة الوجدانية السلبية بالصحة؟ من الواضح أن الوجدانية السلبية ترتبط بالكرب ويفقر الشعور النفسى بحس الحال، وهى ترتبط بعدم الرضا الزواحي والوظيفي وبمستويات مرتفعة من إدراك المشقة والصراع. ولكن ماذا عن الصحة الجسمية؟ نجد هنا علاقة بين الوجدانية السلبية وتقارير الشكاوى الصحية ومع ذلك، وهنا أيضا نأتى إلى تحول مدهش ومهم، إذ يقرر عدد من الدراسات أن الوجدانية السلبية (والعصبية) ترتبط أكثر بالشكاوى الصحية أكثر مما ترتبط بالمرض الجسمى الفعلى (Costa & McCrae, 1987; D. Watson, 1988; D. Watson and Pennebaker 1989). وبعبارة أخرى، مع أن الوجدانية السلبية ترتبط بالشكاوى الصحية؛ إلا أننا لا نستطيع أن نفترض بشكل آلى وجود علاقة بين الوجدانية السلبية والصعوبات الصحية الفعلية، مثل ارتفاع ضغط الدم أو انخفاض الأداء الوظيفى لجهاز المناعة. وفى الواقع، تتوافر دلائل توحى أنه يغيب الارتباط بأمراض القلب أو السرطان أو احتمالات الموت القريب عن الوجدانية السلبية غيابا واضحا (Watson & Pennebaker, 1989).

وفيما يلى صورة للأفراد المرتفعين فى الوجدانية السلبية: فهم يشكون من ضيق التنفس دون دليل على أنهم يعانون من خطر فى القلب أو مرض، وهم يشكون من الصداع ولكنهم لا يشيرون إلى زيادة فى استخدام الأسبرين، وهم يقررون جميع أنواع المشكلات الجسمية، رغم أنهم ليسوا أكثر من غيرهم زيارة للطبيب أو تغيبا عن العمل أو عن المدرسة. وبشكل عام فهم يشكون من اعتلال صحتهم دون دليل قوى على هذا الاعتلال أو على زيادة معدلات وفياتهم (D. Watson & Pennebaker, 1989, p 244).

وفى الإجمال، لا بد من مقاييس للصحة مستقلة عن مقاييس التقرير الذاتى إن كنا نود إقرار العلاقة بين الصحة ومتغير للشخصية كالوجدانية السلبية. والآن نأتى

إلى سؤال مهم، فربما يكون القارئ قد فوجئ بأنه يبدو أن للوجدانية السلبية خصائص تشابه مفاهيم أخرى في الشخصية توقعت من قبل. لقد ذكرنا العصبية بالفعل، لكن يمكن للمرء أن يلاحظ أيضاً التشابه مع أسلوب العزو الاكتسابي⁽¹⁾ وبالفعل يفترض أن الوجدانية السلبية ترتبط بالميل لممارسة أشكال عرو شاملة، وداخلية، وثابتة للأحداث السلبية (L.A Clark & Watson, 1991) لذلك يُنظر لأسلوب العرو بوصفه مكوناً من مكونات الوجدانية السلبية أكثر من كونه متغيراً مستقلاً.

ولكن ماذا عن التفاؤل-التشاؤم؟ ألا يبدو الفرد المرتفع على الوجدانية السلبية بالأحرى متشاؤماً؟ في الواقع، يفترض هنا أيضاً أنه "من بين كل النساء التي نتتولها، ربما يعد التفاؤل-التشاؤم أو ضحها نرادفاً مع الوجدانية السلبية؛ من المؤكد أن البنائين يتداخلان مفهومياً" (L.A. Clark & Watson, 1991, p. 228) ولكن، إذا كانت الوجدانية السلبية ونعد التفاؤل-التشاؤم مرتبطتين لهذه الدرجة؛ فلماذا لا تكرر قياسات الوجدانية السلبية بعضاً من النتائج الناتجة عن استخدام مقياس توجه الحياة (LOT)؟ ليست لدينا إجابة مرضية لهذا السؤال المثير والمربك في الوقت الحالي؛ فربما تتعامل الوجدانية السلبية مع الوجدان السلبي، بينما الوجدان الإيجابي هو المكون المهم في التفاؤل. بعبارة أخرى، ربما لا يكون أحدهما معكوس الآخر، ومن ثم علينا أن ندفع نولي مزيداً من الاهتمام للعلاقة بين الوجدانات الإيجابية والسلبية، بدلاً من التركيز على نمط واحد منهما فقط. يأتي بعض الدعم لمثل هذه الوجهة من النظر من دراسة عن توافق الطلاب في الجامعة، حيث وجد أن التزاج السلبي والإيجابي متغيران منفصلان في علاقتهما بالسلوك الاجتماعي. فمثلاً ارتبط المراح الإيجابي بالتعاضد النشط والبحث عن المساعدة الاجتماعية، بينما ارتبط المزاج السلبي بالإحجام (Aspinwall & Taylor,

(1992). وتوحى مثل هذه الدراسة بأن جانب المزاج الإيجابي فى التفاوض أكثر أهمية من غياب المزاج السلبي بالنسبة للتعايش الناجح والصحة. يرفض شاير وكارفر فكرة أن التفاوض مرتبط بأسلوب العزو أو بالعصابية والوجدانية السلبية. ويفترضان للتفاوض علاقة موثقة بالصحة الحسية، فيما وراء التقارير الذاتية عن الشكاوى الصحية، وهو يظهر كمُتغير مختلف عن العصابية أو العلق فى تحليلات الدرجات على مختلف مقاييس لشخصية (Scheier et al. 1989) وبالتالي ربما يكون مفهوم التفاوض-التشاؤم منفصلاً عن مفهوم الوجدان الإيجابي- الوجدان السلبي، وإن بداخله. تثير هذه النقطة سؤالاً يمكن أن يحيب عنه مزيد من البحث.

فى الاحمال، بعد مفهوم الوجدانية السلبية مهماً نظراً لتقديمه كمُتغير عريض للسمات، مرتبط بالمشقة النفسية والشكاوى الحسية. أما البحث فى الوجدانية السلبية فهم لأنه يوحى بالحاجة إلى مقاييس موضوعية للصحة بالإضافة إلى مقاييس التقرير الذاتى لصياغة وإقرار العلاقة بين الشخصية والصحة الحسية. وبالإضافة إلى ذلك يثير هذا البحث سؤالاً مهماً، وإن سبب إرباكاً أحياناً، عن العلاقة بين مفاهيم الشخصية، بمعنى: إلى أى مدى تُعد المفاهيم ذات الأسماء المختلفة مفاهيم مستقلة، أو متداخلة أو متطابقة؟

قمع الأفكار والانفعالات مقابل التعبير عنها

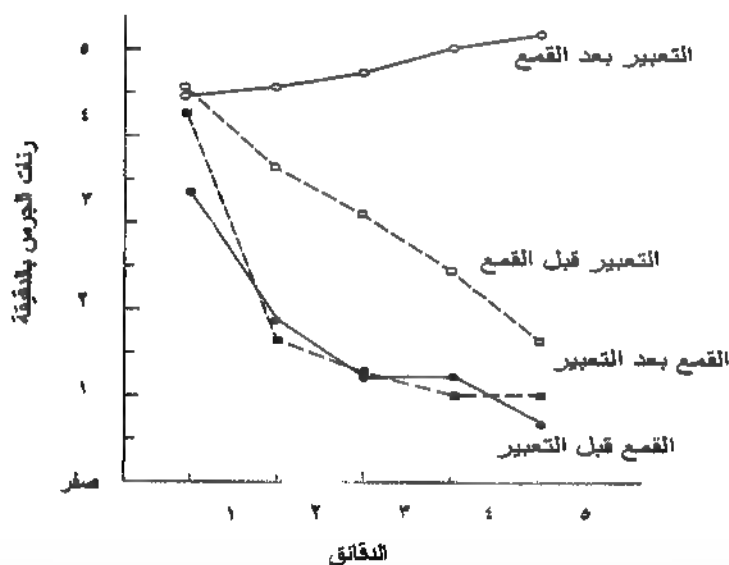
إن صورة العلاج التحليلي النفسى بدرجة من المقة، هي أنه يحفز التعبير الحر عن المشاعر. فهل مثل هذا التعبير عن المشاعر مرغوب، وهل يعد قمع المشاعر أو إنكارها بالضرورة مضراً بالصحة؟ لقد أصبح هذا السؤال مجازاً مستراً جداً للبحث، وسيمثل محور اهتمامنا فى هذا القسم. لنبدأ أولاً بأسئلة عن مدى قدرتنا على التحكم فى أفكارنا ومشاعرنا وقمعها وماذا يحدث عندما حاول ذلك.

بحث وجنر Wegner عن آثار قمع التفكير

دعنا نبدأ هذا الجزء من القصة بمناقشة برنامج دانييل وجنر Daniel Wegner البحثي عن أثر قمع الأفكار. ففي بداية بحثه في هذا المجال، طلب وجنر من مشاركيه التلظ بما يجول في خاطرهم (تبار وعيهم) لمدة خمس دقائق، وطلب منهم ألا يفكروا في دب أبيض خلال هذه المدة. وكذلك مطلوب منهم، أثناء تقريرهم اللفظي لتبار وعيهم وتسجيله صوتيًا، أن يضغطوا جرسًا في كل مرة يقولون فيها "دب أبيض" أو إذا مر "الدب الأبيض" بخاطرهم. ويشار إلى هذا الإجراء بـجلسة القمع. تلا ذلك أن طُلب من المشاركين أن يلفظوا بمضمون تبار وعيهم، ويتم تسجيل ما يقولون، وأن يضغطوا الحرس إذا ذكروا أو فكروا في "دب أبيض". بعبارة أخرى كانت الجلسة الثانية مطابقة تمامًا للجلسة الأولى باستثناء أن هذه الجلسة، التي تسمى جلسة التعبير، طلب منهم فيها أن "يحاولوا التفكير في الدب الأبيض". وأعطيت مجموعة أخرى من المبحوثين نفس التعليمات، باستثناء أنهم مروا بـجلسة التعبير أولاً، ثم جلسة القمع ثانيًا.

ماذا نستطيع أن نخمن حيال تكرار أفكار "الدب الأبيض" وذكرها؟ هل سيختلف التكرار في جلسة التعبير عنه في جلسة القمع؟ هل يصنع البدء بأي من الجلستين فرقًا؟ لقد كرر المبحوثون أفكار "الدب الأبيض" وذكروها في جلسات التعبير أكثر مما فعلوا في جلسات القمع. ربما لا يكون ذلك مثيرًا للدهشة. ولكن المدهش هو الصعوبة التي وجدها المبحوثون في قمع أفكار "الدب الأبيض"، فقد كرر المبحوثون التفكير في الدب الأبيض أكثر من مرة في الدقيقة عندما طلب منهم أن يحاولوا ألا يفكروا فيه! وما كان مثيرًا أكثر هو تأثير البداية بقمع الفكر، فالمبحوثون في جلسة التعبير التالية لجلسة القمع كرروا أفكار وتلفظات "الدب الأبيض" أكثر بكثير مما فعل المبحوثون في جلسة التعبير عندما جاء ترتيبها أولاً. وكما يشير الشكل (١٠-٣) فإن ما يثير الدهشة بشكل خاص، هو تكرارات ضغط

الحرس الذى يشير إلى أفكار "الدب الأكبر" المتزايدة عبر مدة الدقائق الخمس فى جلسة التعبير التالية لجلسة القمع، بينما انخفضت تكرارات ضغط الجرس عبر الوقت فى كل فترات القياس الأخرى (فى جماعة الابتداء بالتعبير فى كلا المديتين، وفى جماعة القمع الابتدائى فى مدة القمع). بعبارة أخرى أدى القمع الابتدائى إلى تأثير ارتدائى أو اندفاعى لأفكار "الدب الأبيض" أثناء مدة التعبير التالية، وهو تأثير ظل يتزايد خلال مدة الخمس دقائق. وبالتالى لاحظ، الباحثون التأثير المتناقض لقمع الفكر الذى يودى إلى انشغال بالفكرة المقموعة، شىء ما ربما لا يكون مدهشاً بالنسبة لكل من حاول قمع أفكاره عن الطعام أثناء محاولته لإنقاص وزنه (Wegner, Schneider, Carter, & White, 1987).



المصدر: من "Paradoxical Effects of the Thought Suppression" by D M Wegner, D J Schneider, S.R Carter, and T.L. White, 1987, Journal of Personality and Social Psychology, 53, p.8. Copyright 1987 by the American Psychological Association Reprinted by permission

يوضح الشكل (١٠-٣) رنات الجرس بالدقيقة عبر مدد الدقائق الخمس. يصور هذا الرسم عدد رنات الجرس في الدقيقة، مشيرة إلى أفكار "الدب الأبيض"، أثناء الدقائق الخمس للتعبير والدقائق الخمس للقمع بالنسبة للمجموعتين (تعبير يتبع قمعا، وقمع يتبع تعبيراً). لم تتزايد أفكار "الدب الأبيض" إلا أثناء مدة التعبير التي تلت القمع، مما يدعو لافتراض تأثير اندفاعي أو ارتدادى بسبب تأثير الجهود المبكرة للقمع.

هذا بالنسبة لفكرة "دب أبيض" ولكن ماذا عن الأفكار الأكثر إثارة للاهتمام، الأفكار التي تصاحبها مشاعر؟ الأفكار المثيرة؟ في تجربة متابعة لعمله السابق، طلب وحشر (Wegner, Shortt, Blake, & Page, 1990) من مبحوثيه التفكير بصوت مرتفع تبعا لتعليمات أعطيت لهم للتفكير أو عدم التفكير في المواضيع التالية: الجنس، والرقص وأم المبحوث (أمي)، وعميد الكلية بالنسبة للطلبة (العميد). ومرة أخرى طلب من المبحوثين تقرير أى شيء بطراً على فكرهم أثناء حديثهم المسجل. وفي مدة قمع الفكرة، كان يطلب من المبحوثين تقرير منى جاءت الفكرة إلى الذهن. فمثلاً، بالنسبة لقمع الأفكار الجنسية طلب من المبحوثين الآتى: "لو سمحت استمر، لكن الآن لا تفكر في الجنس، وإذا جاءت الفكرة إلى ذهنك، اذكرها من فضلك". وذلك بعكس مدة للتعبير حين كان يطلب من المبحوثين الآتى "لو سمحت استمر، لكن فكر في الجنس، وإذا جاءت الفكرة إلى عقلك، اذكرها من فضلك". وبالإضافة إلى رصد الأفكار المتعاقبة، كان هناك قياس مستمر لمستويات توصيل الجلد كمقياس للاستثارة. وباختصار فهذه الدراسة تثيرات الجهود المبذولة لقمع الفكرة المثيرة (الجنس مثلاً) بالجهود المبذولة لقمع أفكار أكثر حيادية (الرقص، والأم، والعميد) وتصنفت مقياساً فزيولوجياً للاستثارة بالإضافة لتسجيل تكرارات الأفكار.

كيف يمكن أن تبدو النتائج؟ هل ستختلف تكرارات الأفكار أثناء مدة القمع بين

المواضيع الأربعة؟ بعبارة أخرى، هل لتعليمات القمع تأثير مختلف فى الأفكار المثيرة عن الأفكار المحايدة؟ وماذا عن قياس الاستئارة؟ هل ستختلف مستويات الاستئارة عبر المواضيع الأربعة؟ بعبارة أخرى هل سيكون لتعليمات القمع أثراً فارقاً على الأفكار المثيرة كمقابل للأفكار المحايدة؟ أولاً، بالنسبة لمقياس تكرار الفكرة، مرة أخرى وجد أن الأفكار حول الموضوع تكون أكثر تكراراً أثناء التعبير منها خلال القمع، ولكن حتى أثناء القمع لم تختف الأفكار، بل والأكثر إثارة للدهشة، أن نمط النتائج بالنسبة لأفكار الجنس لم يختلف عن مثيله فى الأفكار المحايدة، بمعنى أنه لم يعط قياس تكرار الفكرة أى مؤشر على أن الأفكار الجنسية كانت أكثر صعوبة فى التعبير أو القمع من الأفكار الأقل إثارة، فى حين أن النمط المختلف بشكل مدهش لوحظ فى العلاقة بقياس الاستئارة عن طريق مستوى توصيل الجند؛ فكما هو واضح فى شكل (١٠-٤) كانت هناك زيادة كبيرة فى الاستئارة (انحراف مستوى توصيل الحلد عن خط الأساس) عندما كانت الفكرة هى الجنس، أكثر من أى فكرة أخرى. بل إن الاستئارت كانت أعلى أيضاً أثناء مدة قمع الأفكار الخاصة بالجنس، مما كانت أثناء مدة التعبير، على الرغم من أن هذه الفروق لا تتمتع بالدلالة الإحصائية (Wegner et al., 1990).

مستوى توصيل الجلد (الانحراف عن خط)



"شكل رقم (١٠-٤) انحراف مستوى توصيل الجلد عن خط الأساس (مقيسًا بالـ $\mu mhos$) أثناء القمع أو التعبير عن أفكار أربعة. ويوضح هذا الشكل زيادة الاستثارة (انحراف مستوى توصيل الجلد عن خط الأساس) أثناء مدة القمع أو التعبير عن الأفكار الجنسية، بعكس القمع أو التعبير عن الأفكار الأخرى. المصدر من:

"The Suppression of Exciting Thoughts" by D. M. Wegner, G. W. Shortt, A. W. Blake, and M. S. Page, 1990, Journal of Personality and Social Psychology, 58, p 412 Copyright 1990 by the American Psychological Association Reprinted by permission

يستنتج وحرر Wegner من هذا ومن دراسات أخرى (Wegner, 1992, 1994) أن قمع فكرة مثيرة - مثل فكرة الجنس - يمكن أن يحفز الاستثارة

واقترحات لاحقة للفكرة المثيرة. حقاً يمكن أن تكون فكرة مثيرة أكثر استثارة بعد القمع منها أثناء التعبير الحر. والأفراد ليسوا عاجزين فحسب عن السيطرة على أفكارهم، ولكنهم عاجزون أيضاً عن السيطرة على انفعالاتهم. وفيما يلي وصف لتضمنات هذه النتائج:

من هذا المنظور، يمكن أن يكون قمع الأفكار المثيرة مسئولاً عن استمراره أو بقاء الاستجابات الانفعالية غير المرغوبة.. حيث يحاول الشخص قمع الفكرة المثيرة ويقدم بذلك درجة جديدة من الاستثارة. ومع انفعال مشحون حديثاً، يزداد تنشيط الدافع لمزيد من القمع، وتدور العملية لتنتج استجابة انفعالية أكثر قوة.. بعبارة أخرى، ربما يكون قمع الفكر شرطاً ضرورياً لتكوين الخواف والفرع^(١)، والتلق غير المناسب. ول سوء الحظ، فإن ما يحسبه الأشخاص دواء إذا به مصدر الداء. ويمكن الوصول إلى استنتاج مشابه فيما يتصل باستمرار استجابات انفعالية إيجابية كأنواع الاقتتان^(٢) أو الإدمانات^(٣) أو الوسوس^(٤) (Wegner et al., 1990, p.417).

ومن المهم أن نلاحظ أن وجنر يميز بين مفهوم القمع^(٥) والمفهوم الفرويدى للكت^(٦)؛ فبينما يعنى مفهوم القمع لدى وجنر الإزاحة الشعورية القصصية لفكرة من الانتباه، يتضمن مفهوم فرويد للكت الإزاحة اللاشعورية وغير القصصية لفكرة من الانتباه والذاكرة: "القمع معركة علنية فى الشارع، تدور رحاها فى مقدمة الذهن، وليست مجرد مشاكسات عشوائية قليلة مخفية بعق فى تلايفه الضيقة" (Wegner, 1992, p.195)، وفى حين تشدد النظرية الفرويدية على الأوجه الدفاعية لعملية الكت، يشير وجنر إلى أن تأثيرات الجهود المبذولة فى عملية قمع الفكر هى نواتج

Panic (١)

Infatuation (٢)

Addictions (٣)

Obsessions (٤)

Suppression (٥)

Repression (٦)

عمليات معرفيه عادية. وحسب ما يطلق عليه وجنر نظرية عملية السخونة^(١) بفترض وجنر (Wegner, 1994) أنه في ظل ظروف ضغط الزمن أو المشقة؛ تسح الجهود المبذولة للسيطرة العقلية لتأثيرات مقابلة غير مقصودة، تكون على النقيض تمامًا من التأثيرات المطلوبة.

دراسة بينيباكر Pennebaker عن آثار كف الانفعال^(٢) والإفصاح عنه:

هل يمكن أن يؤثر قمع الافعال والأفكار على الجسم؟ وبشكل عكسي: هل يمكن أن يكون الإفصاح عن الأفكار والتعبير عن المشاعر آثار علاجية؟ تلقت هنا لعمل جيمس بينيباكر James Pennebakers البحثي (Booth, 2001, Pennebakers, Graybeal, 2000, Pennebaker) ففي دراسة استهلاكية وحد بينيباكر أن المبحوثين الذين حاولوا الخداع أظهروا علامات نوتر في سلوكياتهم الظاهرة (كالتغيرات في حركات العين والتعبير الوجهي) وفي مستوى الاستثارة الفسيولوجية. وما تم افتراضه هو أن الكف طويل المدى ربما يكون أحد عوامل الأمراض النفسجسمية (Pennebaker, Chew, 1985). ويتلاءم هذا الافتراض مع النموذج العام للاضطرابات النفسجسمية الذي أشرنا إليه آنفاً، ذلك أن كف الأفكار والمشاعر أو كبها يرتبط بالمشقة واحتمال المرض.

بعد ذلك قام بينيباكر بفحص إذا كان العكس يمكن أن يحدث، أي إذا كان التعبير عن الأفكار والمشاعر المصاحب للمشقة يمكن أن يقلل من الآثار السلبية للكف؛ فكان فرصه أن مواجهة الحبرات المزعجة من خلال الكتابة أو الحديث يمكن أن يخفف من الآثار السلبية للكف. ففي بحثه طلب من طلاب أسوياء في مرحلة ما قبل التخرج كتابة خبرات صدمية^(٣) أو مواضيع سطحة لمدة ٤ أيام (Pennebaker, Kiecolt-Glaser & Glaser, 1988)، فهل للكتابة عن

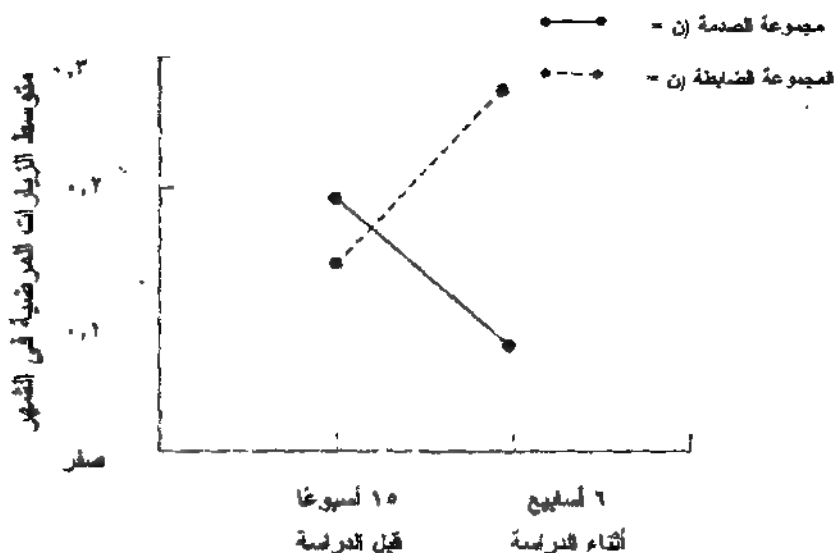
(١) Ironic Process Theory

(٢) Emotion Inhibition

(٣) Traumatic Experiences

الخبرات المولمة أية آثار علاجية؟ ولكي يحدد ما إذا كانت الكتابة عن موضوع أو آخر لها تأثير فارق على الصحة؛ قام بيناكر بتسجيل عدد مرات زيارات المراكز الصحية لمدة ١٥ أسبوعاً قبل إجراء الدراسة، وخلال الستة أسابيع التالية لأربعة الأيام الخاصة بالكتابة. بالإضافة إلى ذلك قام بقياس وظائف الجهاز المعاعي، ومستويات ضغط الدم والشعور الذاتي بالكرب. ومن الصعب افتراض أن مجرد الكتابة عن حبرات صدمية مؤلمة لمدة أربعة أيام يمكن أن يكون له تأثير عميق على الصحة؛ ومع ذلك فهذا ما وجدته بالفعل فكما هو واضح في شكل [١٠ - ٥]، فإنّ المبحوثين الذين كتبوا عن خبراتهم الصدمية أظهروا انخفاضاً في عدد مرات زيارة المركز الصحي أثناء الدراسة، بينما أظهرت المجموعة الضابطة زيادة في عدد مرات الزيارة. بالإضافة لذلك فلقد ظهرت آثار فارقة مشابهة لما سبق في اتجاه حصول المجموعة التي كتبت عن الخبرات الصدمية، على درجات سوية في قياسات وظائف الجهاز المعاعي ومستوى ضغط الدم والشعور الذاتي بالكرب. وانفس المبحوثون الذين كتبوا عن الصدمات إلى مجموعتين. إحداهما كتب أفرادها عن مواضيع لم يناقشوها من قبل (مرتفعو الإفصاح)، والأخرى لم تكتب عن مثل هذه المواضيع (منخفضو الإفصاح)؛ فكانت التحسّات الصحية الأكبر من نصيب مرتفعي الإفصاح، أي الذين كتبوا عن مواضيع أمسكوا عن إخبار الآخرين عنها من قبل (Pennebaker et al, 1988).

شكل [١٠-٥] متوسط زيارات مركز الصحة قبل إجراء التجربة وأثناءها. (لاحظ أن الانحراف المعياري للزيارات بالشهر يتراوح من ٠,١٢ إلى ٠,٤٠ بمتوسط ٠,٢٦ عبر السابيع الأربع) وتوضح البيانات أن الطلاب الذين كتبوا عن خبراتهم الصدمية (مجموعة الصدمة) أظهروا انخفاضاً في زيارات مركز الصحة، بينما أظهر الطلاب الذين كتبوا عن خبرات سطحية (المجموعة الضابطة) زيادة في زيارات مركز الصحة (مر المحتمل أن الزيادة الأخيرة تعكس معدلات مرض موسمية عادية أثناء مدة الدراسة)



المصدر من:

"Disclosure of Traumas and Immune Function Health Implications for Psychotherapy," by J.W Pennebaker, J. K. Kiecolt-Glaser, and R. Glaser, 1988, Journal of Consulting and Clinical Psychology, 56, p.243. Copyright 1988 by the American Psychological Association. Reprinted by permission.

واستخلص بينباكر من هذا البحث أن للانفتاح للآخرين والثقة فيهم قوة علاجية (Pennebaker, 1990). واستمر بينباكر في دراسة تأثير الإفصاح في مواقف أزمات الحياة العاطفية، مثل زلزال سان فرانسيسكو (١٩٨٩) وحرب الخليج

(١٩٩١). وما فعله هو تتبع مسار أفكار الأفراد ومناقشتهم وأحلامهم أثناء الأسابيع التالية لكل أزمة. فبعد زلزال سان فرانسيسكو قام بينيياكر بمقابلة أفراد يقيمون في كل من كاليفورنيا وتكساس، وتم الاتصال بالأفراد عشوائيًا ومكالمتهم لمدة عشر دقائق، بعد أسبوع، أو أسبوعين، أو ثلاثة، أو ستة، أو ثمانية، أو سبعة عشر، أو ثمانية وعشرين، أو خمسين أسبوعًا من الزلزال. وسئل المبحوثون عن عدد المرات التي تحدثوا فيها عن الزلزال أو فكروا فيه أثناء الـ ٢٤ ساعة السابقة، وسئل المبحوثون أيضًا عن حالتهم المزاجية وعلاقاتهم الشخصية. وأوضحت البيانات أن المقيمين بمنطقة خليج سان فرانسيسكو تحدثوا عن الزلزال وفكروا فيه بدرجة كبيرة خلال الأسبوعين التاليين للحدث. في حين انخفضت المناقشات كثيرًا أثناء الأسابيع الخمسة التالية، مع أن كثيرين قد استمروا في التفكير في الحدث. وبعبارة أخرى، بالنسبة لكثيرين منهم، كان هناك انتقال من الحديث والتفكير في الزلزال إلى التفكير فيه فقط. وأثناء هذه المدة، بعد الزلزال بحوالي من ٣ إلى ٨ أسابيع سجل المبحوثون زيادة في الحالات المراجعية السلبية بالإضافة إلى المناقشات السلبية مع أفراد الأسرة وزملاء العمل. كذلك سجلوا زيادة في الأحلام المتعلقة بالزلزال. لم تحدث هذه الزيادة لدى المستجيبين من المدن الأخرى، هؤلاء الذين لم يتأثروا بصورة مباشرة بالزلزال. وبالإضافة إلى ذلك زادت معدلات التهجم، والاعتداء، في منطقة خليج سان فرانسيسكو في هذه المدة. إلا أن علامات الكرب الزائدة اختفت بعد ثمانية أسابيع تقريبًا من الكارثة.

وحدثت نتائج مماثلة فيما يتعلق بحرب الخليج. وفي هذه الحالة أجريست مكالمات عشوائية مع المقيمين في دالاس كل أسبوع من أسابيع الحرب، ولمدة ستة أسابيع تلت نهايتها. وبالإضافة إلى ذلك تم أخذ عينة من طلاب الكليات، ومن المستجيبين لاستبيان قُمتَهم لهم إحدى الصحف أثناء تلك المدة. مرة أخرى ذكر المبحوثون أنهم يتكلمون عن الحرب ويفكرون فيها خلال الأسبوعين الأولين منها، بينما حدث انخفاض كبير بعد ذلك في أحاديثهم بالمقارنة بأفكارهم عنها، وحدث هذا

مع العينات الثلاث. وبالإضافة لذلك، ومرة أخرى، وفيما بين الأسبوع الثالث والثامن، حدثت زيادة في التقارير الخاصة بحدوث أعراض جسمانية، وفي القلب، والمناقشات، والأحلام وثقة الصلة بالحرب. (Pennebaker, 1993).

فما الذي يمكن أن يستخلصه المرء من هذه النتائج؟ اقترح بينيباكر (1993) نموذجًا من ثلاث مراحل للتعيش مع الصدمة. في المرحلة الأولى وهي مرحلة طوارئ، تدور أحاديث الأشخاص وأفكارهم حول الصدمة، حيث يمددهم هذا بمستوى من المساندة الاجتماعية. وأثناء المرحلة الثانية، مرحلة الكف، تستمر الأفكار تدور حول الصدمة بينما تقل الأحاديث المتصلة. ويرجع ذلك عائدًا إلى عدم رغبة الأخير في الاستمرار في الحديث عن الصدمة. ويفترض بينيباكر أنه أثناء تلك المدة تتشكل مؤامرة صمت. ولذلك فبعد حوالي أربعة أسابيع من زلزال منطقة خليج سان فرانسيسكو ظهرت ملابس مكتوب عليها "شكرًا لعدم مشاركتك بخبرتك مع الزلزال" (Thank you for not sharing your earthquake Experience)؛ يعسب هذه القيود الاجتماعية ربما اضطرت الأفراد لكف مشاعرهم، مع نتائج عكسية على صحتهم وحس حالهم. أخيرًا، في المرحلة الثالثة، التي تسمى مرحلة التكيف، تتضاءل الأفكار والأحاديث وتخفض المشقة، ومن المفترض أن الوقت المستغرق في كل مرحلة يختلف طبقًا للحدث والصدمة التي يأتي بها.

أن محصلة وجوه بحث بينيباكر عن الإفصاح بيدوار واضحين: "عندما يطلب من الأفراد أن يكتبوا أو يتحدثوا عن الخبرات الشخصية المزعجة؛ تتنجح تحسنات دالة في الصحة الجسمية" (Booth & Pennebaker, 2000, p. 567).

وتعد هذه النتائج مثيرة نظرًا لتحقيقها عبر مدى متنوع من العينات، وفي ظل ظروف مختلفة، وباستخدام مقاييس مختلفة (تقارير ذاتية وريارات الأطباء، مؤشرات فيسيولوجية ونفسية) (Pennebaker, 1997). وفي الوقت نفسه لا تعد بعض هذه النتائج مربكة؛ فمثلًا كانت للكتابة عن صدمة متخيل أقل فائدة من الكتابة

(Greenberg, Wortman, & Stone, 1996). "أما مسألة ما إذا كانت الكتابة عن صدمة متخيلة أقل فائدة من الكتابة عن صدمة حقيقية، فهذه مسألة أخرى تحتاج إلى مزيد من البحث".

يكتوبون فقط عن الأوجه الإيجابية لخبراتهم الصدمية، يطهرون الفوائد الصحية نفسها، مثلهم مثل هؤلاء الذين يكتبون عن الصدمة مائتها (King & Miner, 2000). وكما بيّنا في الفصل الأول؛ فإن الكتابة عن أهداف الحياة أيضاً ترتبط بمكاسب صحية (King, 2001).

إن؛ ما الذي يحدث؟ يستعد بينياكر الأثر التفرغي أو التنفسي⁽¹⁾، مجرد "تفكير الصعاب"، والسبب في ذلك أن مجرد الكتابة عن الخبرة الانفعالية للصدمة دون وصف الصدمة نفسها لا تؤدي إلى العودة الكاملة للإفصاح. كما أن هؤلاء الذين سجلوا فائدة تنفيسية لم ينجوا أكبر الفوائد الصحية (Pennebaker & Graybeal, 2001). بيد أن تحليل مضامين الكتابات يفترض أن أكثر الفوائد المستمدة بصاحب معدلاً مرتفعاً من الكلمات الانفعالية الإيجابية، ومعدلاً متوسطاً من الكلمات الانفعالية السلبية. ورغم أن الطبيعة الفعلية لعمليات الإفادة من الإفصاح تظل غير محددة حتى الآن؛ فإن التفكير الحالي يتضمن أن الإفصاح ربما يعمل على تيسير التنظيم المعرفي وتكامل الحرات الصدمية، بمعنى أن بناء قصة متسقة ربما يكون المفتاح الرئيسي للآثار المفيدة للإفصاح. وبالإضافة إلى ذلك ربما يكون هناك شعور بالسيطرة والفرصة لمعالجة انفعالات أكثر إيجابية.

أضواء على باحث

جيمس و. بينيباكر James W. Pennebaker

القوى العلاجية للثقة في الآخرين



كيف بدأتُ في دراسة الإفصاح والصحة؟ أفترض أنني استرشدت بعدد من المشاهدات تبدو غير مرتبطة ببعضها بينما كنت مرتبطة حدسيًا. واتذكر في الطفولة أن المعالجين بقوة الإيمان الدينية كانوا يفتنونني أمام التليفزيون. لقد كانت للطقوس، والصلوات، والمعتقدات المتقدة للمعالج والمعالج تعمل معا لإحداث تحسنات صحية سحرية. وبعد أن التحقت بالجامعة لاحظت أنه حينما كانت تشتد صراعات مع والدي (إذ كنت من الهيبى، بينما لم يكونا) كنت عادة أمرض عندما أعود إلى المنزل للزيارة. وبعد ذلك اكتشفت إلى أى حد يمكن أن تحسن الكتابة عن مشاعري من حالاتي المرجعية ومن شعوري أيضًا. وكعضو شاب بالكلية، كشفت بعض المعاملات التي أجريتها مع القائمين على أجهزة كشف الكذب مكتب المباحث الفيدرالية أنه بعد أن يعترف الناس بجرائمهم يسترخون فسيولوجيا.

وفي الوقت الذي كنت أفكر في هذه الظواهر، شاعت مقولة: إن عدم الحديث عن مشاكلك شيء سيئ؛ بينما مواجهتها شيء جيد. عرف هذا العديد من الكتاب المشهورين والفلاسفة وعلماء النفس، طويلا من قبل أن أعرفه. وفي الحقيقة أنا أظن أن جدتي قد أخبرتني بهذا عندما كنت طفلا. لذا فما الجديد؟

فى معظم الثقافات البدائية يعرف الأشخاص أن هناك ارتباطاً حميماً بين الصحة الجسمية والعقلية. أما فى ثقافتنا، فى القرن الماضى، فقد تبيننا دون عقل نموذجاً طبيئاً مختزلاً للصحة: لكل الأمراض الجسمية سبب مادى، ولذلك تستفيد من العلاجات الجسمية. والآن نعلن عن دهشتنا عند معرفة أن الانفعالات وعوامل الكرب تؤثر بطريقة مباشرة أو غير مباشرة فى كل نظام فى أجسامنا. فالحقيقة التى مؤداها أن الإفصاح يؤثر فى الصحة الجسمية تبعث الدهشة فقط إذا اعتدنا أن العقل والجسم كيانين مستقلين. يساعدنا وضع حرائنا الصدمية أو الانفعالية فى كلمات - كما نرى فى الكتابة، أو الدعاء، أو فى العلاج النفسى، أو الحديث مع الأصدقاء، أو الاعتراف للشرطة - يساعدنا على تنظيم أفكارنا ومشاعرنا، ومن ثم على تخفيض الجيئان الحيوى الناتج عن المشقة.

تتهنى بشكل خاص بعض الاتجاهات المستقبلية المتصلة بالإفصاح وعالم الصحة. أى نوع من الأفراد يكشفون مشاعرهم تلقائياً وأيهم طبيعتهم أن يتكتموا؟ تشير للبحوث الحديثة عن الوراثة وعن خجل الطفولة إلى بعض المحددات القوية. وتوحي دراسات أخرى أن الأفراد يكونون فى أخطر وضع فيما يخص المشكلات الصحية عندما يكونون منفتحين طبيئاً ولكنهم يعاقبون إذا ما تلفظوا بمشاعرهم الحقيقية.

يوجد على الأقل منجماً ذهبٍ آخرين أمام الباحثين القادمين فى علم الشخصية، وهما: أولاً، نحتاج إلى فهم أفضل للغة فى التفاعلات الإنسانية الطبيعية؛ فماداً فى وضع الخبرات الانفعالية فى صورة كلمات يجعلها تؤثر فى كل من الخبرات وفى الانفعالات نفسها. ثانياً، يجب أن نكشف عن دور الثقافة فى تعريف وتفسير الشخصية والسلوكيات إلى أبعد درجة. هل تتمتع بعض الشخصيات، سواء جسمياً أو ذهنياً، بصحة أفضل فى مجتمعات دون غيرها؟ وعندما يصل باحثو الشخصية لذلك فى المستقبل؛ ربما يستطيعون تقرير متى، ولماذا، ولمن يصلح العلاج بقوة الإيمان.

ملخص:

بوجه عام، اتحدت خطوط متنوعة للبحث، منبثقة من رؤى نظرية متنوعة لتشير إلى أن الكبح الانفعالي سواء كان شعورياً (أى القمع) أو لاشعورياً (كالكبت) يمكن أن تترتب عليه عواقب صحية سلبية. ويبدو أن جهود التعاليش النشط، واستخدام المساندة الاجتماعية، والمستويات المعقولة من التنظيم الانفعالي كل ذلك مفيد ويحلبى بصفة عامة بالنسبة لصحة الفرد. كما يبدو، من ناحية أخرى، أن الجهود التى تهدف لقمع أو كف أو إنكار الانفعالات تترك الفرد فى صراع ودوامة داخليين تبدو لهما نتائج سلبية على الصحة.

خاتمة:

علق الآن دائرة مناقشتنا للانفعال والتكيف والصحة، حيث أعيد موضوع الانفعال إلى موقع مركزى بوصفه مجالاً مهماً، سواء بالنسبة لفهم الانفعالات ذاتها، أو بالنسبة لمتضمناته الخاصة بالأفكار والدافعية والصحة. كما تم إدراك أهمية الجهود التى يبذلها الأفراد للتعاليش مع المصادر الداخلية والخارجية للمشقة. وأخيراً عرضنا لمتضمنات الوجدان والتعاليش بالنسبة لحسن الحال النفسية والجسمانية.

وفى كل من هذه المحالات رصدنا دراسة العمليات التى تشمل الأفراد جميعاً، كما تشمل تأكيد أهمية الفروق الفردية. إضافة لذلك رأينا دليل تأثير الموقف أو السياق، بالإضافة إلى أهمية الأساليب الفردية أو الاستعدادات النزوعية. لذلك رغم أنه يرجح المرور بانفعالات فى مواقف معينة، فإن الأفراد يتباينون فى احتمال مرورهم بأى منها. وبالمثل رغم أنه يرجح استخدام آليات تعاليش معينة فى مواقف دون أخرى، فإن الأفراد يتباينون فى استخدامهم لبعض هذه الآليات دون غيرها. وأخيراً رغم أن هناك دلائل على وجود مراحل لعملية التكيف مع الصدمة؛ فإن الأفراد يختلفون فى شدة وطول هذه المراحل، بالإضافة لاختلافهم فيما يتصل بمنزلة على الصحة الجسمانية والنفسية. وأظهرت محالات الانفعال، والتكيف،

والصحة كونها محالات حذيرة بالبحث من وجهة نظر علم الشخصية. بل إنه ربما يكون أهم من ذلك لعلماء الشخصية تلك الفرصة التي يفتحها مثل هذا البحث لمشاهدة الأداء الوظيفي للشخص ككل. بعبارة أخرى، بالإضافة إلى أهمية الفروق الفردية في كل من هذه المجالات، فإنه من المهم جدًا النظر للطرق التي تترابط بها هذه الأجزاء مع بعضها البعض كجزء من الأداء الوظيفي الكلي لنسق الشخصية.

المفاهيم الأساسية

نظرية الانفعالات الأساسية **Basic Emotions Theory**: وجهة نظر مفادها أن هناك انفعالات عامة وكلية أساسية، تمثل جزءاً من نشأتنا التطورية.

نظرية الانفعالات الفارقة **Differential Emotions Theory**: نظرية إيزارد Izard التي تقترح أن ثمة انفعالات عامة، هي انفعالات أساسية، جوهرية أو أولية. **تنظيم الانفعال Emotion Regulation**: الطرق التي يتدخل بها الأفراد في انفعالاتهم عندما يمرون بها، كيف يخبرونها، ويعبرون عنها.

الذكاء الانفعالي **Emotional Intelligence**: القدرة على إدراك الانفعالات وفهمها وإدارتها بما يحفز النمو وإنجاز الأهداف.

التقدير الأولي **Primary Appraisal**: مفهوم لازاروس Lazarus عن المرحلة الأولى من التقويم التي يحدد فيها الشخص إذا كان هناك تهديد أو خطر.

التقدير الثانوي **Secondary Appraisal**: هو مفهوم لازاروس عن المرحلة الثانية من التقويم حيث يحدد الشخص ما يمكن عمله للتغلب على الضرر ومنع الأذى أو تحسين التوقعات لتحقيق.

التفاؤل: **Optimism**: توقعات إيجابية عن المستقبل، ويستخدم كل من شايفر وكارفر مفهوم النزوع التفاؤلي للإشارة إلى خصلة لدى الفرد تجعله يمارس للتوقع الإيجابي معممًا إياه.

الوجدانية السلبية: **Negative Affectivity (NA)**: نزوع لمعايشة الحالات الانفعالية المنفرة مثل القلق، والاكتئاب، والتوجه السلبي نحو الذات، ويركز على الجانب السلبي من الذات والعالم.

القمع **Suppression**: جهد شعوري، قصدي لإزاحة الأفكار أو المشاعر من الوعي.

ملخص الفصل:

١. تؤكد نظرية التحليل النفسي على الوجدانات، إلا أنه يُنظر إليها بوصفها ثانوية بالنسبة للحوافز أو العواطف. وأكد روجر على الجوانب الظاهرة من الخبرة، ولكنه لم يقدّر بتطوير نظرية فارقة عن الوجدان. وأولى منظرو السمات اهتمامًا بالأبعاد العريضة للمزاج والحالات المزاجية أكبر من اهتمامهم بوجدانات نوعية محددة. ويتزايد اهتمام أصحاب النظريات المعرفية الاجتماعية بالوجدان، ولكن مدى الوجدانات الذي ينظرون إليه محدود. ومن ثمّ فله، فسي نطاق النظرية التقليدية للشخصية، كان ثمة اهتمام محدود بما هو أكثر من القلق والاكتئاب؛ فلم يتمّ أبدًا التركيز على الوجدان كعنصر تنظيمي رئيسي لوظائف الشخصية.
٢. تفترض نظرية الانفعالات الأساسية (تومكينز Tompkins وإيمان Ekan) ونظرية الانفعالات العارقة (إزارد Izard) أن هناك انفعالات أولية أساسية، وهي عمومية أو كلية، وينظر لهذه الانفعالات بوصفها مهمة بالنسبة للدافعية والمعرفة والفعل، كما أنها تلعب دورًا محوريًا في تنظيم الأداء الوظيفي للشخصية.
٣. إلى جانب مسألة أي الانفعالات هي السائدة عند كل فرد؛ فإن جانبًا مهمًا من الشخصية يتضمن القدرة على تنظيم الانفعالات (أي متى يعاش الانفعال، وشدة الانفعالات التي يخبرها، وكيف يعبر عنها) ويركز مفهوم الذكاء الانفعالي على قدرة الأفراد على إظهار مهاراتهم في تنظيم الانفعال.
٤. يتمّ حاليًا تحقيق مكاسب تتصل بفهمنا لبيولوجية الانفعال، ويبدو أن كثيرًا من مناطق المخ من المساق الفسيولوجية تشترك في الخبرة الانفعالية. ففي مجال العلم العصبي الوجداني يوجد اهتمام خاص بالدور الذي يلعبه الجسم النوزي بالإضافة للحاء الأماسي الأيمن والأيسر.
٥. وعلى عكس منظري الانفعالات الأساسية، الذين يميلون إلى التركيز على عمومية الانفعال، يفترض علماء الأنثروبولوجيا الثقافية والمتخصصون في علم

النفس انشاقى، ان احترات الالعالفة حزء لا انحرأ من المعالى الشاففة، ولا يمكن فهمها الا فى سباق كل ثقافة محددة.

٦. حاول لارروس Lazarus أن يربط العمل فى محال الالعال بمحالى الوافع والوافق، وارنكر عمله على عمليات التفوفم وعمليات الالعال وعلاقتهما بالمشقة النفسية، وبصفة خاصة الفصل بين الالعال المتمركر حول المشكلة والالعال المتمركر حول الالعال.

٧. يفترض البحث وجود علاقة بين الالعال، وآليات الالعال والصحة (كوظائف الجهاز المناعى على سبيل المثال) فمثلا؛ هناك دلائل على وجود علاقة بين الالعال والصحة بالاضافة إلى علاقة أكثر عمومية بين المزاج الإيجابى والصحة.

٨. أثبت بحث ويجنر Wegner أن الجهود التى تهدف إلى قمع الفكرة تؤدى إلى نتائج غير مقصودة وعكسية، تكون على النقيض تماما من النتائج المرغوبة (جهود قمع الفكرة تؤدى إلى الوعى المتراد والقابلية لاستثارة الأفكار غير المرغوبة).

٩. يشير بحث بينياكر أن كف الأفكار والمشاعر التالية للخبرات الصادمة أو الإفصاح عنها يؤدى إلى نتائج سلبية للأول (الكف) ونتائج صحية للثانى (التعبير والإفصاح).

الفصل الحادى عشر*

الأداء الوظيفى غير التكيفى للشخصية
وعمليات التغير

نظرة عامة على الفصل:

هل من الممكن أن تساعدنا نظرية الشخصية وبحوثها فى فهم صعوبات الأفراد النفسية وكيف تساعدنا على تجاوز هذه الصعوبات؟ يبدو أن هذه مهمة مناسبة لعلم نفس الشخصية. نتناول فى هذا الفصل ثلاثة مناحى متعلقة بالأداء غير التكيفى للشخصية^(١) والتغير العلاجى^(٢) - منحنى السمة، ومنحنى التحليل النفسى ومنحنى المعرفى، حيث نركز على كيف يصف كل منحنى الصعوبات النفسية ويفسرها ويقدم وصفات لعلاجها، مع اهتمام بالسؤال عما إذا كانت الإجراءات العلاجية المصاحبة لهذه المناحى فعالة ومميزة فى تأثيراتها، أم تشترك فى عناصر علاجية عامة؟ وأخيراً، نوجه اهتمامنا إلى الأوجه البيولوجية والثقافية للأداء غير التكيفى للشخصية وعمليات التغير.

أسئلة سيوجب هذا الفصل عنها:

- ١- ما طبيعة الأداء غير التكيفى للشخصية؟ وكيف تصف مختلف النظريات هذا الأداء وتفسره؟
- ٢- كيف يمكن إحداث تغييرات فى الأداء غير التكيفى للشخصية؟ وإلى أى مدى يقدم كل نموذج من النماذج التنظيرية الكبرى إجراءات لإحداث تغيير؟
- ٣- هل هناك دليل على فعالية مميزة لمختلف أشكال العلاج؟ وهل هناك دليل على أن أشكالاً محددة من العلاج تصاحبها أنواع مختلفة من التغير؟ أو بدلاً من ذلك، هل يفترض الدليل أن مختلف أشكال العلاج تؤدي إلى عمليات متشابهة من التغير؟ ولماذا لا يتغير الأفراد؟
- ٤- هل تمتد جذور الأنماط من الأداء غير التكيفى للشخصية فى البيولوجى وإلى أى حد تتنوع هذه الأنماط عبر الثقافات؟

مقدمة

تأولنا في الفصل الأخير علاقة الشخصية بالصحة البدنية وحسن الحال النفسية. وسنمتد في هذا الفصل بهذه المناقشة إلى علاقة بصرية لشخصية بالأداء النفسى غير التكيفى للشخصية (أى بالمرض النفسى) والتغير العلاجى. ستركز اهتمامنا على المناحى الثلاثة الكرى الحالية فى المجال منحنى السمة، ومنحنى التحليل النفسى، والمنحنى الاجتماعى المعرفى/ معالجة المعلومات وتعلق هذه المناحى مع فهم عمليات الأداء غير التكيفى والتغير العلاجى.

وفى تركيزنا على هذه المناحى الثلاثة، لا نستطيع تناول كل منحنى فى المحال اليوم. فمثلاً لن نوجه اهتمامنا إلى العلاج المتمركز حول العميل^(١) لكارل روجرز، أو إلى المناحى السلوكية المرتبطة بنظرية التنبية-الاستجابة^(٢) ونظرية التعلم لسكينر Skinner. ومع ذلك، فإن تناول منحنى السمة والمنحنى التحليلى والمنحنى المعرفى يناسب مطلب فحص مختلف الطرق التى من خلالها تصاحب نظرية الشخصية الحالية نماذج الأداء غير التكيفى للشخصية والتغير العلاجى. بالإضافة إلى أننا، كما هو فى عدد من العصور السابقة، سنتناول الأوجه البيولوجية والثقافية للأداء غير التكيفى للشخصية وعمليات التغير.

الوصف^(٣) والتفسير^(٤) ووصفة العلاج^(٥)

دخل جيرالد (Gerald) مكتبى والكرب الشديد باد عليه بوصوح. حيث بدأ أولى جلساته العلاجية بعلمة أن الحياة تكاد تكون انتهت بالنسبة له- وفى سن الثالثة والعشرين. ارتعش بداه وبدأ فى النشج، فى الوقت الذى كان يصف فيه

(١) Client-Centered Therapy

(٢) Stimulus-Response (S-R)

(٣) Description

(٤) Explanation

(٥) Prescription

سلسلة الأحداث التي أوصلته لهذا الحال. فمنذ شهرين انفصل عن صديقته، العلاقة الوحيدة الجادة التي أقامها مع امرأة، بالإضافة إلى أنه بعد أكثر من عام من الشك في الذات^(١) قرر أن القانون لم يكن مجاله، وانسحب من مدرسة القانون. وأخيراً، اهتز إيمانه الديني العميق بشكل سيئ. إلام سيؤول؟ هل هناك أي أمل؟ لقد بدت إنجازاته الماضية تافهة مقارنة بإخفاقاته الحالية. كان والداه ناجحين مهنياً، سعيدين زواجياً، وملتزمين دينياً، ولم يستطع هو أبداً أن يكون شخصاً على المستوى الذي يمثلونه. فهل هناك أي ميزة للاستمرار؟

هذا وصف لشخص حقيقي أتى إلى من أجل العلاج، وإن كنت قد أجريت تغييرات طفيفة في بعض التفاصيل لحماية السرية؛ إلا أن جوهر القصة حقيقية وربما مألوف لكثير من القراء. وبجانب تعاطفنا مع صعوبات جيرالد نهتم بثلاثة أسئلة: (١) ما أفضل طريقة لوصف صعوباته وصعوبات الآخرين المعرضين للكرب النفسي؟ (٢) كيف يمكننا تعليل المشكلات أو شرحها؟ ولماذا يعاني جيرالد من هذه المشكلات ويشعر بهذا الكم الهائل من القلق والاكتئاب؟ (٣) وكيف يمكن مساعدته؟ وماذا نعرف عن الكيفية التي يتغير بها الأفراد بما يقودنا إلى وصف الإجراءات العلاجية تساعد على الانسجام مع حياته، ولا يواجه مثل هذا الإقصار في المستقبل؟ باختصار، اتفاقاً مع تعاطفنا، نحن مهتمون بمشكلات الوصف، والتفسير أو الشرح والوصفة العلاجية، وذلك فيما يخص الأداء النفسي المضطرب. بعد مفهوم الأداء الوظيفي غير التكيفي أو المرضي للشخصية، والتغيير العلاجي عنصرين محوريين في معررات علم النفس المهتمة بالانحراف عن السواء. فلماذا، إذن، يجب أن تُغطى في كتاب عن الشخصية؟ إن هذه المواضيع محورية بالنسبة لنظرية الشخصية، ويجب أن تكون كذلك، ذلك أن تفسير الأداء "السوي" و"المرضي"، والأداء "التكيفي" و"غير التكيفي"، وكذلك فهم لماذا يتغير

الأفراد ولماذا لا يتغيرون، كل ذلك يُعد جزءاً أساسياً من نظرية شاملة في الشخصية. من الصعب تصور فهم "علمي" لأمراض البدن لا يعتمد على فهم للأداء الوظيفي لبدن متوتر. بعبارة أخرى، تيسر معرفة الأداء الوظيفي السوي فهم الاضطرابات في مثل هذا الأداء، إن فهم الأوجه السوية وغير السوية للأداء البدني يسيران جنباً إلى جنب؛ فلماذا يختلف الوضع بالنسبة للعمليات النفسية؟

الموقف أكثر تعقيداً بالنظر للعلاج. فالرابطه بين الفهم والعلاج أقل وضوحاً؛ فمن الممكن أن يكون لدى المرء فهم لأسباب مرض ما، بينما لا يعرف له علاجاً. وبالنسبة لبعض أشكال السرطان والإيدز؛ يسبق فهمنا لارتقاء المرض معرفتنا بالإجراءات العلاجية. وعلى جانب آخر، من الممكن أن تكون لدينا إجراءات علاجية فعالة دون معرفة كيفية عملها. وغالباً ما تكون هذه هي الحال عندما يُعرف عن دواء كونه فعالاً في علاج أحد الأمراض، على الرغم من أن العملية التي يعمل من خلالها ليست واضحة. فمثلاً، كان من المعروف فعالية الأسبرين^(١) لعلاج الألم، والمهدئات^(٢) لعلاج للذهان، قبل اكتشاف أساس هذه الفاعلية أو تلك. ويمكن أن تصير العمليات النفسية بشكل مشابه إلى حد ما، وإلى هنا يمكننا فهم أوجه الأداء غير التكيفي للشخصية دون أن نكون قادرين على إحداث تغييرات فيها، وربما نكتشف عمليات غير فعالة تعمل لأسباب غير معروفة أو لأسباب مختلفة عن تلك التي يفترضها الممارسون. وكما سنرى في نهاية الفصل، يظل فصل المكونات الفعالة لأشكال العلاج النفسي المتنوعة مهمة صعبة، حتى عندما يتم توضيح فاعلية هذه الإجراءات نفسها.

إن نظرية مثالية في الشخصية لتغطي كل أوجه الأداء الوظيفي للشخصية؛ إلا أن النظريات المعاصرة بعيدة جداً عن هذه المثالية، وتميل إلى التركيز على أوجه معينة في هذا الأداء. فكل نظرية موزة للملاءمة محدد، وهو مدى من الطواهر التي

Aspirin (١)
Tranquilizers (٢)

تعطيلها النظرية. ولكل نظرية أيضا بؤرة/الملاءمة، وهي تلك الظواهر المحددة التي يتركز عليها اهتمام النظرية. وعند مناقشتنا لمختلف المناحي التي تتعامل مع الأداء غير التكيفي، لابد أن يكون واضحا أنها تختلف في الدرجة الذي تكون عندها هذه الظواهر جزءا من مداها أو بؤرة ملاءمتها. فمثلا، يُعد المرض النفسي والعلاج النفسي بؤرة اهتمام التحليل النفسي بشكل خاص، وفي المقابل؛ بدأ مؤيدو نموذج العوامل الخمسة التابع لنظرية السمة، بالكاد، في توجيه اهتمامهم إلى مجال المرض النفسي، ولم يبدأوا بعد في خوض مجال العلاج النفسي. وبالتالي، تقع هذه المجالات من الشخصية خارج بؤرة ملاءمة هذا المنحى النظرى.

نظرية السمة^(١)

تناولنا في الفصل الثامن وحدات السمة في الشخصية، وأشرنا إلى النماذج المبكرة، كنموذج أيزنك، وإلى النماذج اللاحقة، كنموذج العوامل الخمسة أو الخمسة الكبيرة. سنقدم هذه النماذج هنا لوضوح تعالق نظرية السمة بالأداء غير التكيفي والتغير العلاجي.

نظرية السمة لأيزنك

لم يكن أيزنك مساهما كبيرا في ارتفاع منحى السمة في نظرية الشخصية وحسب، بل أسس أيضا لمجموعة واضحة من الوصلات بين النظرية من ناحية والمرص النفسي والتغير. ووفقا لأيزنك (Eysenck, 1979, 1990)، يطور الشخص أعراضا عصبية بسبب العمل المشترك لتسوق بيولوجي^(٢)، والخبرات التي تسهم في تعلم استجابات انفعالية قوية للتنبيهات المخوفة. ومن ثم، تميل الغالبية العظمى من المرضى العصبيين إلى تسجيل درجات مرتفعة من العصبية ودرجات منخفضة من الانبساط (Eysenck, 1982, p 25)، وفي المقابل يميل المجرمون

(١) Trait Theory
(٢) Biological System

والمضادون للمجتمع^(١) إلى تسجيل درجات مرتفعة على كل من الانبساط والذهانية^(٢)، ومثل هؤلاء يظهرون ضعفاً في تعلم المعايير المجتمعية.

وكما أشرنا سابقاً؛ نظر أيزنك لعمل النمق البيولوجي، والذي يتمتع بمكون وراثي قوي، بوصفه مفاعلاً لارتقاء الاداء المرضي. وترتبط سمة العصابية بحيرات وجدانية سلبية، بما فيها القلق، والاكتئاب والعادية (Zuckerman, 1991). ووفقاً لأيزنك، يميل الأفراد المرتفعون على سمة العصابية إلى تكرار الشكوى من الانزعاج والقلق، وكذلك من الأوجاع الجسمية (مثل الصداع، ومفص المعدة، ونوبات الدوار). كما أشرنا أيضاً في الفصل العاشر إلى العلاقة بين الراحات المرتفعة على العصابية وشكاوى الكرب البدني وانفسي. فمثل هؤلاء الأفراد، وبسبب تكوينهم الموروث؛ يستجيبون بشكل سريع للمشقة ويظهرون انخفاضاً أبطأ في هذه الاستجابة بعد أن يختفي الخطر، ويفعلون ذلك بشكل أعلى من الأفراد الأكثر اقتراناً (الأقل عصابية). وبالنسبة لبعده الانطواء-الانبساط، يُعبر عن أنه بسبب الفروق الموروثة في الاداء البيولوجي؛ يسهل استقاراه الانطوائيين بالأحداث أكثر من الانبساطيين، كما أنهم يتعلمون المحظورات الاجتماعية بشكل أيسر. بالإضافة إلى ذلك يبدو تعلم الانطوائيين أكثر تأثراً بأساليب العقاب، بينما يتأثر الانبساطيون أكثر بالمكافآت، وهناك منظورون آخرون للسمات يؤكدون أهمية الفروق الموروثة في الاداء البيولوجي، ويؤكدون بالمثل أهمية الفروق العرسية في إكمال الخبرة الانفعالية لإحاسة وسلبية بوصفها مصاحبا لنظور الاضطرابات النفسية (Cloninger, 1986, 1987; Gray, 1987; Pickering & Gray, 1999).

وكما يمكن أن نرى، حاول أيزنك أن يربط كلا من الفروق الفردية في التشريط أو التعلم، تلك الفروق ذات الأساس البيولوجي، مع نظور المرض النفسي

وعلى الرغم من قوة الإسهام الوراثة في ارتفاع الاضطرابات النفسية، إلا أن أيزنك يعبر أنه لا ينبغي التنازل فيما يتصل بإمكانية العلاج. ويوصيه نلقدا مداوماً وصريحاً للتحليل النفسي، نظريةً وعلاجاً؛ لعب أيزنك دوراً عظيماً في ارتفاع منحنى العلاج المعروف بالعلاج السلوكي^(١)، أو تطبيق مبادئ التعلم لعلاج اضطرابات الأداء النفسي، فإذا كان السلوك العصبي يتضمن تعلم استجابات غير تكيفية، فإن علاج مثل هذه السلوكيات يتضمن محو تعلم^(٢) أو خمود^(٣) مثل هذه الاستجابات المكتسبة (Eysenck, 1979, Eysenck & Martin, 1987). ورغم أن أيزنك نفسه لم يسهم بمزاويلته في ارتفاع المناحي العلاجية، إلا أنه كان متحدثاً متسقاً فيما يتصل بتطبيق الإجراءات المعتمدة على التعلم في علاج الاضطرابات النفسية.

نموذج العوامل الخمسة واضطرابات الشخصية

هناك اتفاق بازغ ومستمر في النمو حول نموذج العوامل الخمسة، وهو يوحى أن هذا النموذج تصنيف شامل لأبعاد الشخصية، يمكنه أن يمثل إطار عمل مفهومي مفيد لفهم اضطرابات الشخصية.... يعرف علماء نفس السمة أن الفروق الفردية في معظم الخصال تتوزع على متصل^(٤)، ويبدو من المعقول افتراض أن مختلف الأشكال من المرض النفسي ترتبط بالتنوعات في الميول الشخصية الأساسية (Costa & Widiger, 1994, pp. 1-2).

ويُعد تطبيق نموذج العوامل الخمسة بالنسبة لاضطرابات الشخصية ارتفاعاً حديثاً نسبياً (Costa & Widiger, 1994, 2002, Trull, 1992, Widiger, 1993, Widiger, Verheul, & Van den Brink, 1999). وهو في الأساس منحنى وصفي لاضطرابات الشخصية، أي أن اضطرابات الشخصية توصف في

(١) Behavior Therapy

(٢) An Learning

(٣) Extinction

(٤) Continuums

ضوء الدرجات المتطرفة على العوامل الخمسة الكبرى. والسؤال هو إذا كان يمكن النظر لاضطراب الشخصية بوصفه تطرفاً للسمات السوية، فإذا كان ذلك كذلك، "قلماً لا بقيسها بهذه الطريقة؟" (Soldz, Budman, Demby, & Merry, 1993, P. 51)، فوفقاً لمؤيدى نموذج العوامل الخمسة؛ "تعد هذه الطريقة كافية بدرجة كبيرة إلى حد وصف الأداء الوظيفي السوى وغير السوى للشخصية (Widiger, 1993, p. 82).

تطبيقان توضيحيان

بما أن هذا الكتاب ليس كتاباً في علم النفس المرضى، فإننا لن نتناول بالتفصيل مختلف الأشكال من اضطرابات الشخصية، وخصائص السمات المصاحبة لها. ومع ذلك، سنعرض لمثالين لتوضيح استخدام نموذج العوامل الخمسة الكبرى. يتضمن المثال الأول اضطراب الشخصية القهرية^(١). والخاصية الجوهرية لهذا الاضطراب هي القدرة المحدودة على التعبير عن انفعالات الدفء والحنان. ومن الحصول المحددة الأخرى السعى للكمال^(٢)؛ والتفاني المفرط في العمل، والإنتاجية لدرجة استبعاد المتعة؛ ونقص القدرة على اتخاذ القرار الحاسم^(٣)؛ والانشغال بالتواعد والتفاصيل والإجراءات، والاهتمام بقضايا السيطرة - الخضوع^(٤) في العلاقات. وبمصطلحات تحليلية؛ يتسم الأفراد القهريون بحصال الشخصية الشرجية^(٥) (الفصل السادس). أما بمصطلحات نموذج العوامل الخمسة، فيسجل هؤلاء الأفراد درجات مرتفعة على بقطة الضمير ومنخفضة على الانبساط. وهناك ميل أيضاً لارتفاع الدرجة على العصابية وانخفاض الدرجة على السماحة (Soldz et al., 1993; Trull, 1992).

Compulsive Personality Disorder (١)

Perfectionism (٢)

Indecisiveness (٣)

Dominance-Submission (٤)

The Anal Personality (٥)

التطبيق التوضيحي التالي هو اضطرابات الشخصية الرحيمية. والخاصية الجوهرية لدى هذا الاضطراب هي الإحساس المبالغ فيه بأهمية الذات أو النفر^(١). ومن الحصول المدّونة الأخرى المبالغة في الإحارات والمواهب؛ والانشغال بخيالات الناح أو القوة، أو التائق، أو الحمال، وكلهما لافاق غير محدودة، مع الحاجة المستمرة للنفي الاهتمام والإعجاب؛ والإحساس بالكفاءة^(٢) ومشكلات في التفهم لموقف الآخر^(٣)؛ وفي استجابته لهزيمة أو لنقد، يعانون من الشعور بالغضب الشديد، والغزى، والمذلة^(٤). وبعبارة نموذج العوامل الخمسة، يسجل مثل هؤلاء الأفراد درجات متطرفة الانخفاض على السمحة، ودرجات مرتفعة على كل من البساط والانفتاح على الخبرة. وتعود درجاتهم المنخفضة على القبول بشكل أولى إلى درجاتهم المنخفضة على كل من جوانب^(٥) القواضع (بما يدل على التكبر^(٦) والغرور^(٧))، والإيثار^(٨) (بما يدل على التمرکز حول الذات^(٩))، والأبانية، والاستغلال والتعاطف المحب (بما يدل على انخفاض التفهم لموقف الآخر) (Corbett, 1994) (انظر: جدول [٢-٢] لوصف كامل للأوجه). وهم ليسوا بالضرورة مرتفعين على العصابية إلا بالنسبة لوجه أو مكور القابلية للانجرار^(١٠) (Soldz et al., 1993; Trull, 1992; Widiger, 1993).

باختصار، ما يُفترض هو أن نموذج العوامل الخمسة طريقة مفيدة لتصوير اضطرابات الشخصية والتمييز بينها. فكل من العوامل الخمسة يُعد مهمًا في واحد

Uniqueness (١)

Entitlement (٢)

Empathy (٣)

Humiliation (٤)

Factors (٥)

Arrogance (٦)

Conceit (٧)

Attraction (٨)

Exclusiveness (٩)

Psychoticism (١٠)

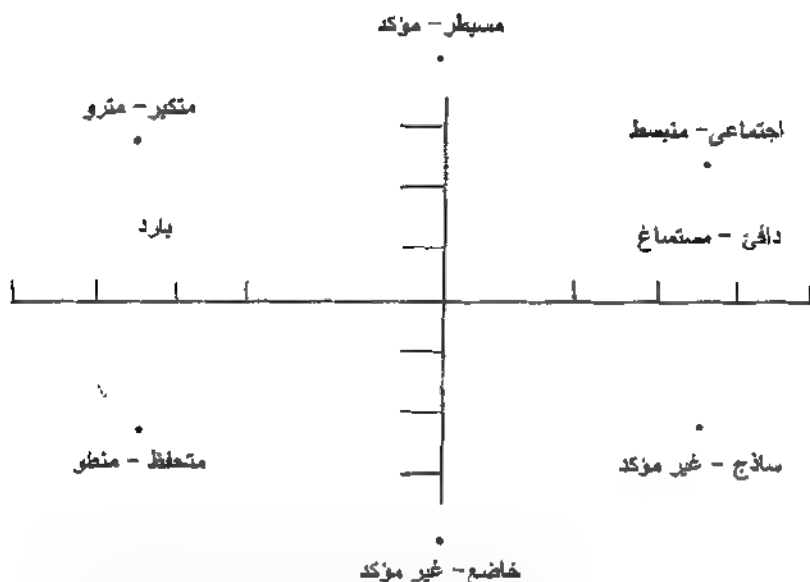
أو أكثر من اضطرابات الشخصية، كما وجد أن كل تشخيص مرتبط بـدرجات متطرفة على واحد أو أكثر من الأبعاد الخمسة. والفرق بين الأداء الوظيفي المضطرب والسوى للشخصية، هو أن سمات الشخص ذي اضطراب الشخصية متطرفة ومتصلبة، أي أن خلال الشخصية يسم بتعبيرات متطرفة وغير مرية عن التفكير والسلوك والمشاعر، مما كان ميبدو سويًا لولا التطرف والتصلب (Clark, Vohies & McEwen, 1994).

تطبيقات تتصل بالسلوك النفسي الاجتماعي المضطرب بين النحن والآخرين^(١)
 بوك بعض علماء الشخصية على التفاعل بين الأشخاص بوصفها وحساب أساسية (Carson, 1969, 1991; Kiesler, 1991; Wiggins, 1991; Wiggins & Pincus, 1992) نموذجًا متعدد الأقطاب^(٢) يعتمد على أبعاد السيطرة - الخصوع، والحب - الكراهية (شكل ١١ - ١). ويتفق ويجينز ومؤيدو نموذج العوامل الخمسة على أن النموذجين يكمل أحدهما الآخر، حيث يمكن تحديد موضع هر سمات الشخصية في علاقتها بأى منهما. والمعري هو أن معظم اضطرابات الشخصية يمكن تحديد موضعها على أقطاب الشخصية المتعددة التي يقدمها شكل (١١ - ١) (Wiggins, Phillips, & Trapnell, 1989). فمثلا، اضطراب الشخصية النرجسية يمكن تحديد موضعه في منطقة أناني - منكر^(٣) من الشكل، حيث يتم تعريفه من خلال السمات النفسية الاجتماعي للتكبر والأنانية، وإلى خاضع حد ما للسيطرة.

Problemat e Interpersonal Behavior (١)

C ardinal (٢)

Antagonism - Calculating (٣)



شكل [١١ - ١] النموذج متعدد الاقطاب للسلوك النفسي الاجتماعي وينبئ نموذج ويجهير متعدد الاقطاب للسلوك بين الأشخاص. على بعدى الخضوع-السيطرة، والحب-الكراهية، وتقدم النقاط الثماني في الشكل سمات بيشخصية على النموذج، وينظر للنموذج بوصفه ممما لنموذج العوامل الخمسة في سمات الشخصية.

(Source: Adapted from "Circular Reasoning About Interpersonal Behavior Evidence Concerning Some Untested Assumption Underlying Diagnostic Classification," by D.S. Wiggins N. Phillips and p. Trapnell, 1989, Journal of Personality and Social Psychology, 56, p. 297 Copyright 1989 by American Psychological Association Reprinted by permission).

باختصار، فإن الجهد المبذول هنا هو لتطوير نموذج للسلوك بين الأشخاص، ويصمم كل من السمات بين الأشخاص السوية وغير السوية، على أن يرتبط بنموذج العوامل الخمسة. وعلى الرغم من أن كثيراً من اضطرابات الشخصية يجد موقعه المناسب داخل نموذج ويجهير للسلوك بين الأشخاص متعدد الاقطاب؛ فإن بعضها

لا يبدو كذلك [على سبيل المثال: اضطراب الشخصية القهرية]، ربما لأن اضطرابات الشخصية تتضمن مشكلات في التفكير والمشاعر بالإضافة إلى مشكلات السلوك بين الأشخاص. ولتضمين مثل هذه الخصال الإضافية يفترض أن السمات المصاحبة لنموذج العوامل الخمسة لابد أن تستخدم أيضاً (Pincus & Wiggins, 1995; Widiger, 1994).

الوصف، والتفسير، والعلاج، ونموذج العوامل الخمسة

أبى يتركنا نموذج العوامل الخمسة فيما يتصل بجيرالد وغيره من الأشخاص الذين يعانون من الكرب النفسي؟ تبعا للمناقشة السابقة بوصف جيرالد بأنه مرتفع على عامل العصابية، وتحديدًا على مظاهر القلق والاكتئاب (انظر: جدول [٢-٢]). ويعنى القلق كونه متوترًا وعصبيًا أما الاكتئاب، فيعنى أن المشاعر السائدة لديه هي الحزن واليأس والوحدة والشعور بالذنب. بالإضافة إلى ذلك فمن المرجح أن تكون درجته على عامل بقطة الضمير مرتفعة، وتحديدًا فيما يخص تطلعاته^(١) (الكفاح للإنجاز) والتمسك بالمبادئ الأخلاقية والالتزام بالمبادئ الأدبية والواجبات الأخلاقية. ومع ذلك، هل يمدنا هذا بوصف مناسب لجيرالد وصراعاته؟ وحتى إذا كان هذا الوصف مناسبًا، فهل يمدنا بتفسير لهذه الصراعات؟ أخيرًا، كيف نتقدم لمساعدة جيرالد؟ كيف يمكن تخفيف قلقه واكتنابه، وكيف يمكن مساعدته لتجنب مثل هذه الأزمات في المستقبل؟

هنا نأتى للطبيعة الحقيقية لنقد نموذج العوامل الخمسة فى اضطرابات الشخصية (Benjamin, 1993; L.A. Clark, 1993; Davis & Millon, 1993; Schacht, 1993; Telgen, 1993)، حيث يتصمّم النقد المسائل الثلاث الكبرى المتعلقة بالوصف والتفسير والعلاج. أولاً، هناك افتراض أن النموذج يعفل بعض الأوجه المهمة فى الأداء الوظيفى للشخصية ولايقدم تفاصيل كافية عن الفرد.

(١) Aspiration Level

كلمات أحد القاد: يترك نموذج العوامل الخمسة الشخص غريباً (Mc Adams, 1992). فليس لدينا اعتبار للحصول لمفرده لحرارة، ولا لكيف سرتبط هذه الخصال وغيرها بعضها ببعض الآخر. نحن نعرف الآن أن حرارة شخص ذو ضمير حي يعانى من القلق والاكتئاب، فهل نحن نعرفه؟ هل نعرف أنه أدى دوره كقاتل كفاءة فى بعض الأحيان، وأنه هزب فى أحيان أخرى من المهام المتحدية؟ هل يستطيع أن نقدر حقيقة أنه كان مستقلاً بدرجات مختلفة، ولكنه أصبح الآن يسعى إما إلى أن يهتم أحد بوضعه أو إلى أن يترك وحيداً يعانى من الشقاء الذى يشعر بأنه يستحقه؟

ربما لا تكون هناك ضرورة لوصف أبعد مما تقدم، ولكن ماذا عن التفسير؟ يفترض المنقدون هنا أننا لم نقدم تفسيراً لما يعانى منه جيرالد. لماذا كانت لديه مشكلات مع صديقه التى انفصل عنها، ولماذا نتج عن الانفصال هذا الإحساس العميق بالفقد؟ ولماذا اختار أن يكون محامياً ثم أصبح يائساً من الاستمرار فى هذا المسار؟ لماذا اضطربت عند هذه النقطة معتقده الدينية بشدة، ولماذا ترتبت عليها مثل هذه العواقب العاصفة؟ بطرق عديدة، يمكننا فهم القلق والاكتئاب كنتيجة للفقدان الذى يعانى منه الفرد وانخفاض تقديره لذاته، إلا أن هذا ليس هو ما تم وصفه. علاوة على ذلك، لماذا وصل عمق الاستجابة لمستوى الانهيار الكامل وأفكار الانتحار؟

أخيراً، هناك مسألة العلاج. كيف يمكننا مساعدة جيرالد؟ يفترض القاد هنا أن نموذج العوامل الخمسة ليس مفيداً كدليل للعلاج الفردى؛ أى أنه يفكر إلى نموذج للعلاج النفسى أو التغيير. فهو يؤكد الثبات دون التغيير، وتقع عمليات التغيير حالياً خارج مدى الملاءمة الذى يتناوله. وفيما عدا الاعتماد على إجراءات اقترحتها معالجون سلوكيون، أو معالجون من نواحي أخرى، فليس للنموذج ما يقدمه لمساعدته جيرالد فى موقعه الحالى ولا فى خططه المستقبلية.

وعلى الرغم من هذه الانتقادات، فمرص نموذج لمودج له قوى، فتم

سيثبت نموذج العوامل الخمسة كفايته لتحديد خصال الشخصية السوية فحسب؛ بل كذلك الشخصية غير التكيفية وغير السوية أيضاً (Widiger, 1993, p.140). بالإضافة إلى ذلك، يشار إلى أن النموذج يمكن أن يعد في مضاهاة الأفراد ذوي السمات المعينة مع معالجين ذوي سمات تناسب هؤلاء الأفراد، أو مع إجراءات علاجية تناسب شخصياتهم. على سبيل المثال، قد لا يناسب إجراء علاجي يتضمن قدرًا كبيرًا من الاستكشاف شخصًا منخفضًا في عامل الانفتاح على الخبرة⁽¹⁾. ومن ثم يفترض مؤيدو هذا النموذج من نماذج السمة، أنه جهد ذو بداية تصنيفية حسنة، وأن التفسير والعلاج سينتجان بالضرورة هذه الحدود التصنيفية - الوصفية.

نموذج السمات واضطرابات الشخصية: ملخص

يؤكد نموذج السمات على استعدادات متبعة في السلوك. ويفترض نموذج العوامل الثلاثة لأيريك Eysenck أن اضطرابات الأداء الوظيفي للشخصية، تعود إلى تعلم غير توافقي مصاحب للفروق الفردية الوراثية في الأداء الفسيولوجي. وفي تأكيد نور التعلم في ارتقاء السلوك المرضي، أكد أيزنك أيضًا تطبيق مبادئ التعلم لعلاج هذه الاضطرابات، وذلك في شكل العلاج السلوكي.

ويرى نموذج العوامل الخمسة، والنماذج بين الأشخاص المصاحبة له (كنموذج ويجينز Wiggins على سبيل المثال) اضطرابات الشخصية بوصفها أشكالًا متطرفة ومرضية من السمات الشخصية السوية. وينصب التأكيد هنا على الجانب الوصفي لاضطرابات الشخصية. ففي مقابل عمل أيزنك، لم يكن هناك جهد لربط هذه النماذج لوصفية بنظرية عن كيف تكون الاضطرابات أو بنظرية عن التغير العلاجي. ومن ناحية أخرى، يظل المريد من الجهد لترسيخ العلاقات المنظمة بين السمات ومختلف اضطرابات الشخصية، أكثر مما حدث في عمل أيزنك. وفي الغالب، لم تكن طبيعة الأداء المرضي والتغير العلاجي جزءًا من دورة تساوي أو

من المنحيين المهتمين بالسمات.

نظرية التحليل النفسي

كما أشرنا مكرراً، يقع المرص النفسي والعلاج النفسي في بؤرة الملازمة للنظرية التحليلية. لقد نشأت النظرية من قلب الممارسة الإكلينيكية، وتتأسس ارتفاعاتها حتى اليوم على الخبرة الإكلينيكية. بالإضافة إلى هذا؛ سوف نرى أن الطرة التحليلية للأداء غير التكيفي وللتغير العلاجي تختلف بشكل أساسي عما هي عليه في نظرية السمات.

المرض النفسي^(١)

تؤكد النظرية التحليلية للأداء غير التكيفي أهمية القلق الوجداني وأليات الدفاع أو أساليب التعاضد مع هذا القلق (Cramer, 2000; Masling & Bornstein, 1993). بالإضافة إلى تأكيد أهمية الصراعات^(٢)، وأهمها الصراعات بين الرغبات (الحاجات، الدواعي، الغرائز) والمخاوف^(٣). ووفقاً للنظرية التحليلية الكلاسيكية، يحصر الطفل أثناء ارتفاعه غرائز ورغبات متنوعة، وترتبط رغبات الغرائز المتنوعة بمراحل الارتفاع المتنوعة أيضاً (الفصل السادس). ففي المرحلة الفمية^(٤) يرغب الرضيع أن يبتلع أو أن يعض، وفي المرحلة الشرجية^(٥) تتجه الرغبة نحو التلويث والتحدي، وفي المرحلة القضيبية^(٦) تتجه نحو الاستمتاع بالمشاعر الجنسية تجاه الوالد من الجنس المعاكس. النقطة المهمة هنا هي أن الطفل النامي يعاش تقوفاً من المشاعر والرغبات. فإذا عوقب هذا الطفل على هذه المشاعر والرغبات أو شعر بالتهديد من فقدان أو الهجر من جرائها؛ فسترتبط هذه المشاعر والرغبات لديه

Psychopathology (١)

Conflicts (٢)

Fears (٣)

Oral Stage (٤)

Anal Stage (٥)

Phallic Stage (٦)

بالقلق. بعبارة أخرى، سيعتقد الطفل النامي أنه إذا تم التعرف على هذه المشاعر والتعبير عنها فسيترتب على ذلك ألم أو عقاب.

فماذا يفعل الطفل المعرض لها؟ وفقاً للنظرية التحليلية، ولأن القلق انفعال مؤلم؛ يتعلم الطفل أن يدفع ضد القلق وضد الأمنية أو الرغبة. على سبيل المثال، ربما ينكر الطفل أي لديه الشعور-الرغبة المرتبطة بالقلق، وربما يستبعد كل الشعور المصاحب لتحررة حتى لا يجبر كل التهديد الذي يشعر به، وربما ينسى (يكبت) كل ذكريات الأحداث، أو بدلاً من ذلك يستبعد التهديد المصاحب للشعور أو الرغبة. ورغم أنه قد يتوفر سبباً-بعض الوعي بأن هذا يحدث؛ فإنه يتخذ مع الوقت طبيعة آلية. ولا يغيب عن الشخص وعيه بأنه يستخدم آلية دفاعية فحسب، بل يغيب عنه كذلك وعيه بما يدافع ضده. وكما قال مريض لي في جلسة علاج عندما كان يضطرم ببعض المشاعر المؤلمة "لديّ شعور بأنني اقترب من شيء ما، ولكن سرعان ما أشعر بمرور حائط، حاجز ضد الشعور بهذه الأشياء. يبدو الأسر أننا لدرجة أسي لا أستطيع عمل شيء حياله، ولا حتى أعرف عن أي شيء هو".

وعند ما يتم الوصول إلى هذه الحالة، فقد نشأت مناورة دفاعية ناجحة، وهي ناجحة بمعنى أن الشخص لا يخبر القلق أو التهديد المصاحب للشعور أو الأمنية. وعلى جانب آخر، هناك تكلفة مصاحبة لآلية الدفاع الناجحة هذه، وهي تكلفة فقدان الصلة مع جزء من حياة الفرد الداخلية، بالإضافة إلى ذلك قد يتقادم الشخص المواقف المستقبلية التي تهدد باستثارة مشابهة لانفعال القلق المؤلم، ومن ثم لا يعلم أبداً أن المواقف الأخرى تختلف عن المواقف الأصلية المصاحبة للقلق. فمثلاً، ربما يتجنب الفرد الاتصال بالنساء أو الرجال بسبب أم أو أب مستبد ومعاق، مما يحور دور إمكان تعلم أن النساء والرجال الآخرين مختلفون. وأخيراً، ربما يُترك الفرد مع مشاعر مبطنّة بالذنب أو الخزي، أي الإحساس الغامض بأنه سيء ووضعاً^(١)

(١) Inferior

أو يستحق الازدراء^(١).

وتؤدي بنا مشاعر الذنب والخرى إلى موضوع الاكتئاب. فوفقا للنظرية التحليلية، يتضمن الاكتئاب فقداناً لتقدير الذات، هذا التقدير الذي يعتمد على الوفاء بمعايير الشخص ومثله. ففي الاكتئاب يكون الشعور "أنا فقدت كل شيء؛ العالم فارغ الآن" أو "أنا فقدت كل شيء لأنني لا أستحق أي شيء؛ أنا أكره نفسي" (Fenichel, 1945, p. 391). ويمثل الشخص بتأنيب النفس لأنه يعتقد أنه لم يستوف مثل الأنا الأعلى (أو الضمير)^(٢) أو معايير الصرامة ويظهر تأنيب النفس في انخفاض تقدير الذات ومشاعر الدونية^(٣) وعدم الكفاءة^(٤). وبدلاً من أن يوجهه العصب نحو شخص آخر أو نحو الموقف المرتبط بالفشل والخصومة، يتم توجيهه ضد الذات في شكل تأنيبها وجلدها. فبدلاً من أن يغضب من الآخرين، يغضب الشخص المكتئب من نفسه: "استحق أن أعاقب وأن أكون مكروهاً ومحوراً". باختصار، يتم تأكيد مشاعر الذنب وتأنيب الذات وفقدان تقدير الذات التي ترتبط بالفشل في الوفاء بمثل الأنا الأعلى ومعاييرها الصارمة.

إن النظرية التحليلية في العلاج النفسي أكثر تعقيداً من ذلك في تفاصيلها، بدرجة ما، إلا أن جوهر النموذج هو الصراع بين رغبة من ناحية، وتهديد بالعقاب أو الألم مصاحب للتعبير عنها من ناحية أخرى. وبمصطلحات فنية، هو صراع بين الرعب العريزي لليو والتهديد بالعقاب من العالم الخارجي، أو من الأنا الأعلى في شكل شعور بالذنب. ومع ذلك، لا نحتاج لاستخدام هذه المصطلحات الفنية ليمكنا تقدير أهمية الصراعات بين الرغبات والخوف، وكذلك بين المدرك من الإنجازات من ناحية والمعايير (أو: الأنا الأعلى) من ناحية أخرى، وهي الصراعات المحورية في النظرية. وكما أسرنا، يفقد الشخص الصلة ببعض أوجه حبه الداخلية ويحتفظ

Contentment (١)

Superiority (٢)

Inferiority (٣)

Worthlessness (٤)

بصورة سلبية عن الذات. بالإضافة إلى ذلك يظل الشخص حائفاً من الاقتراب من بعض المواقف أساسية التي ربما لم تعد مؤذية. أخيراً، وتسبب القلق انكاس وراء هذه العملية بنشأ وجه متصلب لأداء الشخص، وفي الواقع، يعد انصباب^(١) الغصلة الحاسمة للأداء الدفاعي وغير التكيفي للشخصية، فالقلق المبالغ فيه يعرقل الأداء التكيفي المرن.

ومن المهم ملاحظة أن العمليات الموصوفة تحدث لاشعورياً، ووفقاً للنظرية التحليلية لا يعي الشخص شعوره بالرغبة ودفاعه ضدها، والعملية آلية. لا بمعنى أنها معتادة لدرجة أنها تحدث لاشعورياً محسب، بل هي لا شعورية كذلك لأنها تكبت! والأمر ليس أن الشخص لا يعي وحسب، بل إن هناك حاجراً (أي: دفاعاً) صد أن يصح واعتباً - هكذا نفهم التعبير التلقائي لمريض عن شعوره بأنه ومجرد أن بدأ يعي شيئاً ما بإيهام، إذا حائط أو حاجز بسيط، ويفقد هو هذا الوعي أو هذا الشيء - وهذا هو عمل العملية الدفاعية. ما كل ذات مره من الوعي بمكان، ذلك الشعور بالرغبة والتجديد المصاحب له، ذهب الآن عن الوعي. فبينما كل هناك وعي بالشعور الحنسي أو الشعور بالغضب، وبالتجديد المصاحب لهما، أصبح الآن هناك اعتقاد في هذا الوعي الآن، وربما لا يحدث المرء إلا إحصاس غابر بالقلق كشيء مصاحب للشعور بالرغبة المكونة.

نظرية العلاقة بالموضوع

يعد ما تم تقديمه رؤية تقليدية للنموذج التحليلي للمرض النفسي. إلا أن ارتفاعات جديدة حدثت في النظرية التحليلية. والارتفاعات المهمة بشكل خاص، كما لاحظنا في الفصل الثامن، هي الارتفاعات المرتبطة بنظرية العلاقة بالموضوع. وكما سبق أن وصفنا، فإن محور اهتمام محلي العلاقات بالموضوع، هو كيف أن الأفراد المهمين في الماضي يمثلون بوصفهم نواح مهمة من الذات، والآخرين،

وعلاقات الذات بالآخرين. وهذه التمثيلات معرفية، بالنظر للصور العقلية، وكذلك هي تمثيلات وجدانية، بالنظر لارتباطها بفاعلات قوية. ويتم التركيز هنا على الشخص بوصفه باحثاً عن العلاقات أكثر من التركيز على إشباع الدافع. بالإضافة إلى ذلك يؤكد منظرو العلاقات بالموضوع الذات، والطرق التي تخبر من خلالها مختلف أجزاء الذات، وإلى أي مدى يعي الفرد الذات بوصفها متكاملة ومتماسكة مقابل وعيه بها مبعثرة وهشة. وبشكل عام فإن التركيز المتعلق بالمرض النفسي يكون على التمثيلات الإشكالية للذات والآخرين، وعلى الاستهداف لانهيار الإحساس بالذات وبتقديرها. وفيما يلي توصحات لمثل هذه التمثيلات المضطربة وهذا الاستهداف.

اضطراب الشخصية النرجسية: مقارنة بنظرية السمة

كما لاحظنا، اهتم منظرو العلاقة بالموضوع باضطرابات تمثيلات الذات. ويحظى اضطراب الشخصية النرجسية باهتمام مميز عندهم، وعندنا فيما يتصل بمناقشتنا المبكرة لنظرية السمة. فوفقاً لمنظري العلاقة بالموضوع؛ فإن ارتفاع إحساس صحي بالذات ونرجسية صحية يتضمن إحساساً واضحاً بانفصال^(١) الفرد وفرديته^(٢)، وإحساساً مستقرّاً بدرجة معقولة من تقدير الذات، وفخراً للفرد بإنجازاته، وقدرة على أن يكون واعياً بحاجات الآخرين، ومستجيباً لها أثناء استجابته لحاجاته الخاصة. أما الشخصية النرجسية فتعاني من اضطراب في الإحساس بالذات واستهدافاً لانهيار تقدير الذات، حيث يحتاج الشخص النرجسي لإعجاب متصل، من الآخرين كما أن لديه قصوراً في التفهم لموقف الآخر^(٣) مع مشاعر الآخرين وحاجاتهم. ويرجع هذا القصور في التفهم لموقف الآخر للانغمال الشديد بالذات، ولصعوبة التعرف على الآخرين بوصفهم أفراداً منفصلين، لهم

Separateness (١)

Individuality (٢)

Empathy (٣)

حاجاتهم الخاصة بهم.

كيف تنمو مثل هذه الخصال؟ كما لاحظنا، يؤكد النموذج التفسيري لنظرية العلاقة بالموضوع أساساً طبيعة العلاقات بالموضوع (الأشخاص) المبكرة، والحالة النفسية لارتفاع إحساس الطفل بذاته وتقديره لها. وفي حالة اضطراب الشخصية النرجسية هناك والدان، أو وجوه تلعب أدواراً والدية، بينما لا يكون هؤلاء قادرين على التفهم لموقف الآخر^(١)، ولا حماسين لحاجات ومشاعر الطفل. ومتمركزين حول حاجاتهم الخاصة، كما أنهم يهتمون حدّاً ويعجبون بالطفل في لحظة، ثم يهملونه أو ينتقصون من قدره في لحظة أخرى. بعبارة أخرى، يرسل الوالدان رسائل متعارضة للطفل، بأنه "مميز" أو "استثنائي" و"قاصر" أو "غير ناضج" وجميعاً معاً. من ثم يفتر الطفل إلى نماذج لأدوار القادرين على التفهم لموقف الآخر المناسبة، ويشعر أنه لا يمكنه الوثوق بالآخرين لتقدير ذاته، ويتأرجح في تقويماته لذاته بين الشعور بالعظمة وعدم الكفاءة. وبسبب الانشغال بالذات ونقص نماذج التفهم لموقف الآخر، يصبح الفرد غير قادر على التفهم لموقف الآخر مع حاجات الآخرين. باختصار هناك تفسير للشخصية النرجسية على ضوء الخبرات المبكرة مع الآخرين ذوي الدلالة، وكذلك تمثيلات الذات والآخرين المهمين التي ارتقت في وقت حرج بالنسبة لارتفاع الإحساس بالذات.

بأى هذا الوصف لاضطراب الشخصية النرجسية من الممارسة العلاجية. وتضامى الخصال الموصوفة الكثير من تلك الخصال التي لاحظناها في سياق نظرية السمات، وقد بذلت جهود لتطوير قياسات استبائية للنرجسية (Murray, 1938; Raskin & Hall, 1979)، (انظر: جدول [١١-١])، ومع ذلك، وعلى الرغم من أنواع التشابه مع وصف نظرية السمات لاضطراب الشخصية النرجسية، تظل رؤية نظرية العلاقة بالموضوع مختلفة جوهرياً. فمما له أهمية خاصة حقيقته

أن الاضطراب يُرى داخل سياق إطار نظري، كما يتوفر تفسير نظري لنمط
الخصال المصاحبة (Kernberg, 1976; Kohut, 1971; Millon, 1981).

جدول (١١-١)

بنود توضيحية من مقاييس الترجسية

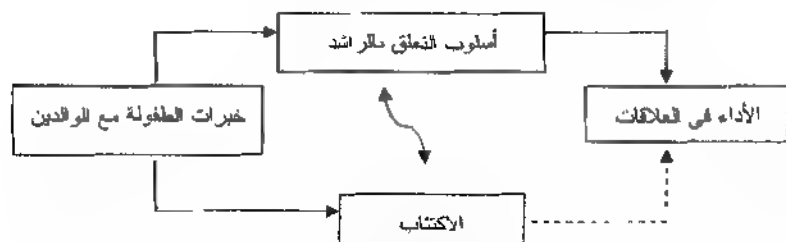
<p>مقياس الترجسية لموراي (Murray, 1939, p. 181):</p> <ul style="list-style-type: none"> - أفكر كثيرا في كيف أبدو وما الانطباع التي أتركه على الآخرين. - تعليقات الآخرين الساخرة أو المزدرية نجرح مشاعري بسهولة. - أتحديث كثيرا عن نفسي وخبراتي ومشاعري وأفكار.
<p>بطارية الشخصية الترجسية (Raskin & Hall, 1979):</p> <ul style="list-style-type: none"> - أحب أن أكون محور الاهتمام حقا. - أعتقد أنني شخص مميز. - أتوقع الكثير من الآخرين. - احسد الآخرين على حصر حظهم. - لن أكون راضيا أبدا حتى أزال ما أستحق.

العلاقة بالموضوع، والتعلق والاكتمال

لمزيد من التوضيح لهذا المنحى، يمكننا تناول مشكلة الاكتمال. تناولنا في الفصل السادس تأكيد بولبي Bowlby أهمية ارتقاء النسق السلوكي للتعلق^(١) ومفهومه عن *النماذج الداخلية العاملة*^(٢)، أو التمثيلات العقلية المصاحبة للوجدان. ونمت في هذا الفصل أيضا الإشارة إلى أن أنماط التعلق المبكرة ترتبط بالسلوك الاجتماعي والانفرتغ لاحقا، وكذلك بالعلاقات الرومانسية. وتفترض النظرية المعاصرة أن النمو المبكر لتمثيلات عقلية مختلفة أو لنماذج داخلية عاملة مشوهة تحصر العلاقة

Attachment Behavior, I System (١)
Internal Working Models (٢)

مع أحد الفائزين بالرعاية أو المربين الأساسيين، يمثل أحد الاسهامات المهمة فى حدوث الاكتئاب. بعبارة أخرى، تؤدى التمثيلات العقلية المحنلة المؤسسة على العلاقات المبكرة إلى الاستهداف للاكتئاب فى مرحلة لاحقة (Blatt & Bers, 1993a, 1993b; Blatt & Homann, 1992).



شكل [٢-١١] العلاقات المفترضة بين منبئات الأداء فى العلاقات. يمكن أن ينتج كل من أسلوب التعلق بالرشد والاكتئاب من خبرات الطفولة الأقل إيجابية مع قام بالرعاية أولى، كما يمكن أن يكون له تأثير متدخل (خط محسى). كذلك يمكن أن يؤثر أسلوب التعلق بالرشد أو الاكتئاب على الأداء فى العلاقات (يشير الخط المتصل إلى ارتباط قوى مفترض، بينما يشير الخط المنقطع إلى ارتباط أضعف).

(Source: From "Depression, Working Models of Others, and Relationships Functioning" by K. B. Carnelley, P. R. Pietromonaco, and K. Jaffee, 1994 Journal of Personality and Social Psychology, 66, p. 129 Copyright 1994 by the American Psychological Association. Reprinted by permission).

وربما كانت أفضل طريقة لتقدير جوهر هذه الرؤية، هى اتباع بعض البحوث التى تربط الاكتئاب بالنماذج الداخلية العاملة (Carnelley, Pietromonaco & Jaffe, 1994)، فى هذه البحوث افترض الباحثون أن نظرية التعلق تمدنا بإطار لفهم أفكار وتصرفات المكتئبين فى مستوى أداء علاقاتهم، وبشكل محدد فقد افترضوا أن الأطفال الذين يشعرون برفض وبرود يطورون نموذجاً عاملاً للذات بوصفها غير محبوبة وغير كفاء، ونموذجاً عاملاً للآخرين بوصفهم لا يعتمد

عليهم، وباردين، وبعينين. ويؤدي ارتفاع مثل هذه النماذج إلى توقعات بالرفض والقتل، وهي توقعات ربما يشوه إدراك الأحداث أو حتى التصرفات التي تنصير عن الآخرين بغير قصد، فتؤكد رؤيتهم أنهم لا يستحقون حب أحد من الآخرين. باختصار، بالإضافة إلى التمثيلات السلبية للذات؛ يفترض النموذج أنه نتيجة للخبرات السلبية مع قائم بالرعاية أوّلى^(١)، ينمو نموذج عامل غير آمن^(٢) فيما يخص التعلق بالراشدين، كما ينمو استهداف للاكتئاب (انظر: شكل ١١-٢).

نتبع لهذا النموذج، افترض الباحثون أن خبرات الطفولة الأقل إيجابية ستربط بأسلوب التعلق غير الآمن، وبالاستهداف للاكتئاب أكبر مما ستربط معها خبرات الطفولة الإيجابية. وفي دراسة لاحتبار الفرض، وزّع مقياس للاكتئاب على طالبات جامعات، وعلى أساس درجتين على المقياس تكونت مجموعتان؛ المكتئاب وغير المكتئاب. ثم أجابت المبحوثات على استبيانات لتقويم مختلف خصائص علاقة الطفل بالأب أو الأم كما تفرضا نظرية التعلق. فمثلاً، وضعت كل من المبحوثات تقديرات منفصلة لوالدهما ووالدتها؛ هل كان (أو كانت) متقبلاً (متقبلة) أو رافضاً (رافضة) لها (مثال: "منحني أبي أو أمي الشعور بأنه قد أحبني كما كنت"، وهل كانا (أي الوالد والوالدة) قد شجعاها على الاستقلال أم كانا مفرطَي الحماية^(٣)) (مثال: "عندما كنت طفلة، كان أبي أو أمي يشجعني على اتخاذ قراراتي بنفسى"). بالإضافة إلى ذلك أجابت المبحوثات عن استبيان يقيس نماذج التعلق العاملة الخاصة بالراشدين^(٤)، وعلى أساس استجابتهن على هذه المقاييس؛ تم تقسيمهن إلى ثلاث مجموعات لأسلوب التعلق: الآمن^(٥) ("من السهل سعيًا بالنسبة لي أن أصبح قريباً من الآخرين انفعالياً")، والخالف^(٦) ("أرغب انفعالياً في إقامة علاقات خاصة، إلا

A Primary Caregiver (١)

Insecure (٢)

Overprotective (٣)

Adult Working Models Of Attachment (٤)

Secure (٥)

Fearful (٦)

أنتى أجد من الصعب أن أتق في الآخرين تمامًا أو الاعتماد عليهم" والمهموم^(١) "لا أرتاح بدون إقامة علاقات قريبة، إلا لنتى أخشى ألا يفدنى الآخرون كما أفترهم" (Bartholomew & Horowitz, 1991).

فهل هناك ارتباط بين تقارير خبرات الطفولة وأسلوب التعلق؟ وهل ستختلف المكتئبات عن غير المكتئبات في تقاريرهن عن خبرات الطفولة مع والديهن؟ وهل ستختلف في أساليب التعلق في الرشد؟ اتساقًا مع النموذج، وحد، في الواقع، أن تقارير خبرات الطفولة ارتبطت بأسلوب التعلق اللاحق (في الرشد). فالطالبات اللاتي سجلن خبرات طفولة أقل إيجابية مع كلا الوالدين اتسمت بأساليب تعلق أقل أمنًا (مثال، أساليب تعلق الخائف، أو المهموم) مقارنة بالطالبات اللاتي سجلن خبرات طفولة أكثر إيجابية. وبالمثل، وإن لم يكن بنفس القوة، تحقق ارتباط بين الخبرات المبكرة مع أمهات وآباء مسيطرين ومثل هذه الأساليب غير الآمنة من التعلق. علاوة على ذلك، واتساقًا مرة أخرى مع النموذج، وجد ارتباط ثابت بين تقارير خبرات الطفولة السلبية مع الوالدين والاكئاب، أي أن الطالبات المكتئبات كن أكثر من غير المكتئبات في تسجيل خبرات طفولة أقل إيجابية. وأخيرًا، ارتبطت حالة الاكتئاب بشكل دال مع أسلوب التعلق الخائف والمهموم؛ أي أن الطالبات المكتئبات كن أكثر قربًا من غير المكتئبات في اتخاذ أساليب تعلق غير آمنة. وباختصار، أوضحت البيانات رؤية أن خبرات الطفولة المبكرة بصاحبها ارتقاء في النماذج العامة داخليًا وأساليب التعلق تجعل الشخص معرضًا لارتقاء الاكتئاب.

وفي دراسة ثانية، أجراها كارنيلي ورملاوه (Carnelley et al., 1994)، تمت مقارنة سيدات متزوجات، في مرحلة التعاقب من الاكتئاب، بمتزوجات غير مكتئبات، وذلك في خبرات الطفولة المبكرة وأسلوب التعلق. كما تم الحصول على

مؤشر للتوافق في العلاقة الزوجية. وكانت النتائج في هذه الدراسة أقل حسناً فسي تأييدها للنموذج من الدراسة الأولى. ومع ذلك، توفر دليل على الارتباط بين خبرات الطفولة السلبية مع الأم وأسلوب تعلق الحائف، وبين خبرات الطفولة الأقل إيجابية مع الأم والأب والاختئاب، وكذلك بين الاختئاب وأسلوب التعلق الخائف. بالإضافة إلى ذلك ارتبط أسلوب التعلق بالتوافق الزواجي وكفاءة العلاقة؛ أي أن النساء اللاتي كن أكثر خوفاً وهما أظهرن توافقاً زواجياً أقل، وعلاقات مسندة أقل مع أرواحين، مقارنة بالنساء الأكثر أمناً في تعلقهن.

بإيجاز، تساقاً مع نظرية التعلق، وجد الباحثون أن الاختئاب كان مصاحباً لمسودح عامل غير آمن فيما يخص التعلق. كما ارتبط الاختئاب بالعلاقات المبكرة الأقل إيجابية مع الوالدين. وتم الإيحاء بارتباط بين ارتفاع أسلوب التعلق غير الآمن والاستعداد للاختئاب. من المهم إدراك أن هذه الدراسة قامت باستعادة الخبرات المبكرة، ومن ثم، من المحتمل أن تؤدي حالات الاختئاب الراهنة وصعوبات التعلق الحالية إلى تحريف الذاكرة التي تقوم باستعادة هذه الخبرات من الطفولة. وفي الواقع فإن هذه مشكلة جادة واردة في مثل هذه البحوث. ومع ذلك، فإن الدراسات الأخرى التي تعتمد على مشاهدة تفاعلات طفل مع أمه المكتبة، توفر تأكيداً للعلاقة المفترضة بين ارتفاع النمادج الداخلية العاملة للتعلق والنعرض للاختئاب (Blatt & Homann, 1992).

التغيير العلاجي

إذا كان هذا عن المرض النفسي أو الأداء غير التكيفي للشخصية، فكيف يحدث التغيير إذن؟ يُعد النموذج التحليلي لمرض نموذج تعلم في المقام الأساس؛ تلك أن الأداء غير التكيفي يمثل تنبيهاً⁽¹⁾ أو نقصاً في تعلم الجديد، وهو ما يتصل بخبرات حدثت في الطفولة. وبالتالي؛ لا يتعلم الشخص أنه من الممكن معاشته

(1) Fixation

مشاعر مختلفة، وأن النتائج ربما تكون مختلفة، وأن العلاقات يمسح أو تكون مختلفة، وأن بإمكانه تطوير صورة مختلفة عن ذاته، صورة يصاحبها شعور أقل بالذنب أو الخزي، ومزيد من تقدير الذات. ورغم أن النموذج التحليلي لا يُعد في حد ذاته، رسمياً، نظرية في التعلم؛ فإنه يظل نموذجاً تعليمياً. لذلك، ليس من المدهش أن يرى المحللون النفسيون عملية التحليل النفسي عملية تعلم، يستطيع المريض خلالها إعادة معيشة صراعات قديمة، وحلها الآن بطريقة مختلفة أكثر نكياً.

ولكى تتم عملية التعلم هذه، فإن أداة النقل لها هي الطرح^(١). ففي مسار التحليل النفسي، يطور المريض اتجاهات ورغبات ومشاعر تجاه المحلل، تقابل اتجاهات ورغبات ومشاعر عايشها مبكراً مع رموز دالة من الطفولة (مثل الأم، أو الأب). وعلى الرغم من أن المصطلح ربما يفترض شيئاً ما غريباً أو يتفرد به الموقف التحليلي؛ فإنه في الواقع لا يوجد شيء غير معتاد في الطرح. فكما تشير نتائج البحث العلمي، نستجيب جميعاً لبعض الأفراد، في بعض المواقف، بشكل يعنى أنهم يذكروننا، شعورياً أو لاشعورياً، برموز ميكرة مرتبطة بصراع أو قلق (Thorne, 1989). فالأفراد الذين يشعرون بالحنق^(٢) والقلق نحو رئيس، أو شريك حياتهم مستبد^(٣)، والأفراد الذين يشعرون بالغيرة عندما ينال شخص ما شيئاً تمنوه، والأفراد الذين يحسدون نجاح الآخرين بصرف النظر عن نجاحهم هم، والأفراد الذين يشعرون أن عليهم إرضاء حاجات الآخرين، ولو كان على حساب سعادتهم؛ كل أولئك يُظهرون طرحاً في مسار حياتهم اليومية.

وما يجعل الطرح مختلفاً في التحليل النفسي، هو أنه يمكن التعبير عنه ودراسته وفيه، في سياق بيئة آمنة ومعالج موثوق به. وبالتالي؛ ففي مسار التحليل يستطيع المريض أن يخبر عضواً نحو المعالج، وأن يخشى من انتقام

Transference (١)

Rage (٢)

Dominee (٣)

المعالج، هذا بينما يعرف في الوقت نفسه أن المعالج موجود لمساعدته ومن ثم فهو لن يتأثر منه. وفي هذا المسار يمكن للمريض أيضًا أن يعار من مرصى آخرين يعتقد أنهم يقصرون وقتًا أطول مع المعالج، أو يتخيل أنهم حازوا على اهتمام أكثر من المعالج. وربما يدخل المريض مع المعالج في تنازع قوى حول فواتير الحساب، أو الوقت، أو من سيتكلم، أو كيف ستدار الجلسة. يمكن أن يحدث كل ذلك، بل هو يحدث بوصفه جزءًا من الطرح الذي ينمو في العملية التحليلية. ومع ذلك، كما لاحظنا، لا يعد ذلك قاصرًا على العملية التحليلية. فكل من هذه المسائل يعايشه الفرد في حياته اليومية أيضًا، إلا أنه في الحياة اليومية، لا يعي الفرد ما يجري ولا يستطيع فحصه بالقدر الكافي من العمق. أما في موقف الطرح العلاجي؛ فهناك فرصة ليصبح الفرد واعيًا بهذه الأساليب غير التكيفية المتعلقة بالآخرين وبالذات.

وأكدت النظرية التحليلية دائمًا على مكون معرفي ومكون وجداني في العملية العلاجية. في المراحل المبكرة من ارتقاء النظرية، كان التأكيد على المكون المعرفي. وكان المهم هو أن يستدعي الشخص ما كان قد كتبه، فعلى ما كان لا شعوريًا أن يصبح الآن شعوريًا. حيث كان هدف التحليل تعرية كل ما كان مكبوتًا وعلاج الذكريات الدفينة^(١). كما كان هناك أيضًا تأكيد على عملية الاستبصار^(٢)؛ أي أن يفهم المريض صراعاته اللاشعورية وجذورها في الطفولة. ورغم أن الكشف عن الذكريات المكبوتة، واكتساب الاستبصار يتضمن كلاهما عمليات معرفية؛ فإن الانفعال يشترك أيضًا في تحويل ما كان لا شعوريًا إلى شعوري.

وبمرور الوقت، أولى المحللون النفسيون اهتمامًا أكبر للمكون الانفعالي في العملية العلاجية. ومن هذا المنطلق فإن قوة الطرح في الحقيقة هي في أنه مواجهة للحياة الواقعية^(٣)، ذلك أنه يتضمن مشاعر شديدة وإعادة معايشة الصراعات قديمة.

Buried Memories (١)

Insight (٢)

Real-Life Encounter (٣)

وبسبب ذلك فإن الطرح يزودنا بما يُسمى الخبرة الانفعالية المصححة^(١) (Alexander & French, 1946). حيث تتضمن الخبرة الانفعالية المصححة، إدراك المرضى، على مستوى المشاعر، أن الأشياء يمكن أن تكون مختلفة، وأنهم ليسوا بحاجة للخوف من رغباتهم، ولا لعقاب أنفسهم بشدة وبمعايير صارمة. وتحدث الخبرة الانفعالية المصححة، في جزء كبير منها، لأن المحلل يتصرف بشكل مختلف عما فعل الوالدان أو رموز السلطة الآخرون الذين كانوا مسيطرين أثناء الارتقاء الانفمرقع للمريض. ومن هذا المنطلق تعدّ العملية العلاجية عملية تعلم، أي أن هناك عودة للنمو من نقطة لم يحدث فيها تعلم نكفي، أو حدث فيها تعلم غير نكفي، بسبب الصراع والقلق.

فهل هناك أسباب تجعل من الممكن ألا يحدث تغيير؟ نفترض النظرية التحليلية أن التغيير يمكن أن يكون عملية صعبة. فبالإضافة إلى الحدود التي يمكنها تنفيذ المعالج؛ فليس المرضى دائماً مستعدين ومتحمسين للتغيير. فالتغيير الجوهرى مؤلم بصعوبة عامة. ويتضمن العلاج التحليلي إعادة معايشة مخاوف قيمة تأتي مع رغبات ونصورات للذات لا يمكن الفخر بها. كما أن التغيير يعنى الشك^(٢): أعرف كيف تبدو الأشياء الآن، ولكن هل من الممكن أن تسوء إذا تغيرت؟ أعرف أنني لا أحب نفسي أو حياتي تماماً الآن، ولكن كيف أعرف أنني سأحب نفسي أو حياتي أكثر إذا تغيرت الأشياء؟ أعرف كيف أؤدى عملي الآن، ولكن ماذا يُفترض أن أفعل وأنا أفحص كل هذه المشكلات القديمة؟.

لأن التغيير يتضمن شكاً، وقلقاً، وخسائر محتملة بالإضافة للمكاسب؛ فإن معظم المرضى يقاومون التغيير كما يسعون إليه. وبشير مصطلح المقاومة^(٣) - فنياً في التحليل النفسي؛ إلى عدم اتباع المريض القاعدة الرئيسة للداعي الحر^(٤)، وقول

Corrective Emotional Experience (١)

Uncertainty (٢)

Resistance (٣)

Free Associating (٤)

ما يأتي على خاطره أيا كان. إلا أنه، بمعنى أوسع، تتضمن المقاومة كل الطرق التي يقاوم المريض من خلالها التغيير، شعورياً أو لاشعورياً. ربما يأخذ ذلك شكل نسيان موعد، أو النوم إلى ما بعد توقيت الموعد، أو الحضور المتأخر، أو الإخفاق في عمل الأشياء التي تجعل للمحاولة معنى (مثال: الاتصال بشخص من الجنس الآخر لترتيب موعد، أو الحديث مع شخص يتقرب منه (منها) في إحدى الحفلات، أو الاستمرار في عمل أشياء تجعل للتوقف عن التغيير معنى (مثل إثارة الخلافات مع شريك الحياة أو الرئيس)). وفي محاولة فهم وتفسير كيف ولماذا يتغير الأفراد، لابد أن نحاول أيضاً فهم وتفسير لماذا يجد الأفراد صعوبة في التغيير؛ ومن ثم يُعد مفهوم المقاومة مهماً من هذا المنطلق.

وكما كان الحال مع نظرية المرض^(١)؛ تُعد نظرية العلاج أكثر تعقيداً مما قدّمنا. ومع ذلك، فإن ما لدينا هنا هو جوهر النموذج التحليلي للتغير العلاجي. وهو يتضمن تعلم أن أفكاراً ومشاعر معينة لم تعد تتطلب إثارة القلق أو خلق المشاعر بالنسب، وأنه يمكن السيطرة عليها بأساليب أكثر تكيفاً، وهو ما يحدث في جزء كبير منه - من خلال الطرح.

الوصف والتفسير والعلاج والنموذج التحليلي

كما فعلنا في مناقشتنا لنظرية السمات، نستطيع أن نتناول مرة أخرى أين نحن فيما يتصل بجيرالد والأفراد الآخرين الذين يعانون من صعوبات نفسية. أولاً، في سياق الوصف، يبدو أن النظرية التحليلية ونظرية العلاقة بالموضوع يمداننا بالأساس اللازم لوصف ممتاز لصعوبات جيرالد. فمشاعره نحو نفسه تصفها النظريتان بشكل جيد، كما هو الحال مع مشكلاته في علاقاته الراهنة. يعاني جيرالد من المعايير للمبالغة في الصرامة، ومن لوم الذات كما يصفها المحللون النفسيون. كما أن تقويمه المثالي لشريكته الأخيرة وانتهياره بعد إحباطه في العلاقة،

Pathology (١)

بالإضافة إلى تاريخ صعوباته في تكوين العلاقات؛ يتفق ذلك كله مع أساليب التعلق غير الآمن كما يصعبها منظرو العلاقات بالموضوع ومنظرو التعلق.

وبعرض النموذج أيضًا تفسيرًا لصعوبات جيرالد. ففي الواقع، يتفق افتراض أن فقدانه لتقدير ذاته أو خسارته لعلاقة حب هو السبب المباشر للاكتئاب اتفاقًا تامًا مع موقفه. ففي حالة جيرالد نجده قد خبر إحباطات فيما يتصل بكل من اختيار مساره المهني، وكذلك في الجانب الرومانسي. وبجانب ذلك، هناك دليل على نمو معايير صارمة (أى: أنا أعلى^(١)) لديه في عمر مبكر، وكذلك على علاقة متناقضة وجدانيًا^(٢) مع أمه التي كانت مغذية ومتسامحة للغاية أحيانًا، وقاسية ورافضة جدًا في أحيان أخرى. وفي الرشد أقام جيرالد علاقات متناقضة وجدانيًا مع النساء، يسعى نحو الاقتراب منهن، لكنه يظل دومًا خائفًا من الرفض وغير قادر على ترسيخ مودة حقيقية.

وأخيرًا، نأتى للوصفة العلاجية. تقترح النماذج التي نتناولها الآن طريقة لتخفيف^(٣) اكتئاب جيرالد ومساعدته على إقامة علاقات ذات معنى أكبر في المستقبل. ومن المفترض أنه سيري من خلال العلاج- كيف كانت معايير صارمة وغير واقعية وقاسية، وسيري الثمن الذي دفعه مقابل مشاعره بالذنب والغضب المتجه نحو الداخل. وسوف يتم ذلك من خلال تحليل كل من الأنماط الراهنة في علاقتها بالأنماط المترسبة مبكرًا في الحياة، وأيضًا من خلال تحليل الخبرات في موقف الطرح أو الموقف العلاجي نفسه. ومن ثم، ربما تكون لدى جيرالد الفرصة لاكتشاف ما إذا كان المعالج قد قومه بقسوة كما قومه نفسه، وما إذا كان المعالج سيرفضه إن لم يكن "المريض النموذجي".

بعد أن قلنا كل هذا؛ هل نفترض البحوث أن التحليل النفسي "مؤثر"، وهل

Superego (١)

Ambivalent (٢)

Alleviating (٣)

يؤثر بهذه الطريقة؟ بعبارة أخرى، هل يمكننا قياس التغييرات التي تحدث؟ وهل نتطابق مع التغييرات الموصوفة مبكراً؟ وهل يمكننا تتبع عملية التغيير عبر مسار العلاج لتحديد المكونات العلاجية^(١) للتغيير؟ إن هذه لسلسلة للبحث طويلة، كما أنها مسألة شديدة التعقيد، وهو ما سنناقشه تفصيلاً في نهاية الفصل. وربما لا يوجد في بحوث الشخصية مهمة أصعب من تقويم التعير في الشخصية، وتقويم العملية العلاجية في ارتباطها بهذا التغيير.

سيكون لدينا المزيد لنقوله حول البحوث الخاصة بالنتائج العلاجية في نهاية الفصل الحالي. وبكفي هنا القول إن دراسات تقويم التحليل النفسي، أو العلاج تحليلي التوجه، لا يتوفر لها فريق كبير من المؤيدين (Crits-Christoph, 1992; Elkin et al., 1989; Sloane, Staples, Cristol, Yorkston, & Whipple, 1975; Wallerstein, 1989). وهذا لا يعني القول إن مثل هذا العلاج غير فعال، بل الأخرى القول إنه لم يتم إظهار أنه أكثر فمترعة بشكل عام من العلاجات الأخرى في تقديم أنواع محددة من التغيير. ويركز الباحثون ذوو التوجه التحليلي في الوقت الراهن انتباههم على محاولة فهم ما يدفع للتغيير في العملية التحليلية، كمقابل لتقويم ما إذا كان التغيير يحدث أو لا (Iuborsky, Barber, & Beutler, 1993; Messer & Warren, 1990). وينصب التأكيد الأكبر على طبيعة العلاقة العلاجية، وخاصة قدرة المعالج على تقديم تعليقات تفسيرية في توقيت ملائم، وبطريقة تؤدي إلى الاستبصار والنمو. بعبارة أخرى، بدلاً من التركيز على التقويم الكلي للعملية، هناك جهد يُبذل لتقويم إلى أي مدى تحصر المكونات العلاجية الأساسية، وأثر حضورها أو غيابها على التغيير.

مناحي معالجة المعلومات المعرفية الاجتماعية

سنناول في هذا الجزء المساحي التي نتناول الاداء عبر التكيف والتغيير.

والمتعلمة بالنموذج الثالث - المناحي الاجتماعية المعرفية ومعالجة المعلومات. يُعد منظرهم وممارسو هذا المصحي، من نواح عدة، جماعة أكثر تشعنا بكثير من أولئك التابعين لمناحي السمات أو المناحي التحليلية.

تشمل المناحي المعرفية أساساً كل النظريات والممارسات التي تركز على كيفية معالجة الشخص للمعلومات، أى عمليات الانتباه للمعلومات وتشهيرها^(١) وتخزينها^(٢)، وتذكرها واسترجاعها^(٣). وتدخل هنا مفاهيم مثل معتقدات العزو^(٤) (مثال: Seligman, Weiner)، والمخططات عامة، ومخططات الذات خاصة. والجوهري هنا هو النظر للمعارف^(٥) والعمليات المعرفية بوصفها ما يحدد الانفعالات والسلوكيات الإشكالية، وأن هذه المعارف والعمليات المعرفية هى ما ينبغي أن يتغير من أجل تحسين حالة الشخص النفسية. وهنا يرى المعالج، بشكل عام، مشاركاً نشطاً فى عملية التغيير، حاثاً المريض ليقوم بفحص معارفه وتجريب طرق بديلة للتفكير والسلوك.

ونتناول، فى هذا الجزء من الفصل ثلاثة مناحي. واختارناها نظراً لأهميتها التاريخية، ولأنها تمثل التنوع داخل مجموعة المناحي المعرفية ككل. ولتأثيرها على النظرية والممارسة.

نظرية البناء الشخصى لكيلى

نتاولنا فى الفصل الثالث نظرية البناء الشخصى لكيلى (Kelly, 1995) بوصفها نموذجاً موضعاً لتناول معرفى مبكر للشخصية. وكما لاحظنا، نظر كيلى إلى الشخص بوصفه عالماً وصاحب نظرية أو نسق من البناء، حيث الأبينة هى طرق تفسير الأحداث أو رؤيتها. والغرض من نسق البناء هو التنبؤ بالأحداث.

Encoding (١)

Storing (٢)

Retrieving (٣)

Attributional Beliefs (٤)

Cognitions (٥)

فإذا كان نسق البناء نظرية؛ تبع ذلك أنه كلما كان هذا النسق أفضل؛ اتسع مدى الأحداث التي يمكن أن يتنبأ بها الشخص بدقة. ويختلف الأفراد في الأبنية التي يستخدمونها لتفسير العالم وفي الطرق التي تنتظم بها أبنيتهم.

كيف يرتبط مثل هذا النسق بالأداء النفسي غير التكيفي والتغير العلاجي؟ ليس من المفاجئ أن كيلي قد نظر إلى المرض النفسي في سياق الأداء المضطرب لنسق البناء، ولل علاج في سياق الإجراءات التي تساع الشخص على تطوير أبنية جديدة وأفضل، وكذلك تطوير نسق بناء أكثر تكاملاً. فما المقصود بالأداء المضطرب لنسق البناء؟ إن العالم القهبر هو من يصر على نظرية ما، ويقوم بنفس التنبؤات على الرغم من إخفاق هذه التنبؤات عندما تختبر بحثياً. وبالمثل، فسر كيلي المرض النفسي على ضوء تَمَادَى أبنية الفرد في البقاء، على الرغم من تكرار إثبات عدم صدقها. والعالم للرديء هو من يصوغ البيانات لتتناسب النظرية، أو يجعل أجراء مختلفة من النظرية تناسب البيانات حتى لو كانت هذه الأجراء لا تتضمن أبداً. هكذا، فسر كيلي المرض النفسي بتحريف الشخص للأحداث لتتناسب نسق البناء، أو استخدام نسق البناء بأساليب فوضوية مشوشة^(١) بحيث لا يعود لأبنيته معنى. فمثلاً، افترض كيلي أن الأفراد يمكنهم جعل أبنيتهم مفرطة *النفادية*^(٢) (بما يسمح لأي محتوى تقريباً بالنفاد إلى داخلها) أو مضممة^(٣) تماماً (بما لا يسمح بأي معلومات جديدة تقريباً). أو يمكن أن يضيق الأفراد أداء نسقهم البنائي بحيث تنتج التنبؤات نفسها بصرف النظر عن الظروف، أو يوسعوا من هذا الأداء إلى الحد الذي تصبح فيه التنبؤات شديدة التنوع لدرجة تكاد تكون مشوشة.

فماذا يمكن أن نحدث مثل هذه الاضطرابات في أداء نسق البناء؟ ووفق لكيلي، نجد اضطرابات نسق المعاهيم استجابيات للقلق، والخوف، والتهديد. هذه مصطلحات

Chaotic (١)
Excessively Permeable (٢)
Impermeable (٣)

مألوفة؛ إلا أن كيلى يعرضها بشكل يجعلها تنطبق على نظريته عن البناء الشخصى. حيث يحدث القلق عندما لا تنطبق أبنية الفرد على الأحداث، ويحدث الخوف عندما يوشك بناء جديد على الدحول فى نسق الأبنية، ويحدث التهديد عندما يعى الشخص تغيراً مرتقباً شاملاً فى نسق البناء. بعبارة أخرى، تُعد اضطرابات نسق البناء استجابات للإحساس بأن نسق بناء الفرد لا يعمل جيداً، أو أن المرء يحتار فى كيفية فهم الأحداث والنبؤ بها. أو أنه أصبح من الضروري إحداث تغيير دال فى نسق البناء. ومع ذلك، وبما أن مثل هذا التغير يصاحبه تهديد، فمن الممكن توجيه الجهد نحو الاحتفاظ بالنسق، حتى وإن كان نسقاً محرفاً ومشوهاً. هكذا، بدلاً من توسيع نسق البناء وضبط موجته، قد بلجأ الأفراد فى جعل أبنيتهم منفذة أو مصمتة بإفراط، قد يفرطون فى تصبيق وتحديد نطاق تنبؤاتهم أو يفرطون فى توسيعها وفتحها. فضلاً عن ذلك ربما يتصرفون بطرق عدائية لإجبار الآخرين على التصرف بطرق تتطابق مع تنبؤات نسق نتائجهم الخاص.

ربما يكون القارئ قد اكتشف بالفعل شيئاً مثيراً جداً فى رؤية كيلى للأداء المضطرب لنسق البناء - إنه نموذج للقلق والدفاع فى المقام الأساس (Pervin, 1993b). ورغم أنه مختلف جوهرياً عن نموذج فرويد فى القلق والدفاع، إلا أنه يظل، مع ذلك، نموذجاً لهذين المفهومين نفسيهما. لا يكمن مصدر القلق فى الغرائز أو الرغبات، بل يكمن بالأحرى فى مشكلات التنبؤ. ليست الاستجابة دفاعاً ضد إدراك الرغبة العريزية والتعبير عنها، بل هى بالأحرى ضد التغيير الشامل فى نسق البناء. ورغم هذه الفروق الجوهرية؛ ففى هناك، مع ذلك، رؤية موازية للأداء المضطرب لنسق البناء بوصفه استجابة للقلق، والخوف، والتهديد.

فماذا إذن عن الإصلاح العلاجى والنمو؟ لكيلى نموذج فى العلاج يختلف تماماً عن نموذج فرويد. فإذا كانت المشكلة هى أن الشخص يودى كعالم ردىء، فإن الحل هو مساعدة هذا الشخص ليصبح عالماً جيداً؛ فكيف يتم ذلك؟ وفقاً لكيلى،

لابد أن نشجع الشخص لتبنى حالة مراجعة مرهبة^(١) حيث يمكن استكشاف أفكار وفروض جديدة. وبحب على المعالج المساعدة في ترسيخ مناح للتجريب يمكن فيه اختبار ملائمة أبنية (فروض) جديدة، ويمكن إجراء التجارب لاستكشاف بيانات جديدة، كما مراجعة الأبنية (الفروض) المتعلقة بالذات والآخرين على أساس الدلائل الواقعية. ويتصرف المعالج كناصح أمين^(٢) -التأكيد كناصح أمين أكثر منه شائشة بيضاء يعكس عليها المريض ردود فعله للطرحية-؛ فقد حاول كيلى مساعدة المريض على تصميم التجارب، واختبار طرق جديدة للسلوك، وأن يفكر في أساليب جديدة لتفسير الأحداث. لم يكن العلاج شيئاً أقل من إعادة بناء نسق المفاهيم، ويلعب المعالج دوراً كبيراً في محاولة إتاحة مناخ وخبرات محددة، يمكنها تفسير مثل هذه الإعادة للبناء.

وكما لاحظنا مبكراً في هذا الكتاب (الفصل الثالث)، لم تترك روى كيلى أثراً مباشراً كبيراً على نظرية الشخصية وكذلك فرغم وجود مجموعة نشطة من معالجي البناء الشخصي؛ فإن روى كيلى حول العلاج لم تترك أثراً واسعاً على الممارسة العلاجية. أما السؤال عن السبب وراء هذه الحال، فيظل سؤالاً مهماً، خاصة وأنه قد كان لكيلى الكثير ليقوله على ضوء الارتقاءات الحادثة في العلاج المعرفي.

النظرية المعرفية الاجتماعية لباندورا

تدرب باندورا في المجال العيادي. ورغم أنه اهتم بتطوير نظرية في أداء الشخصية الأساسي؛ فقد ظل مهتماً بفهم الأداء غير التكيفي وتصميم إجراءات للتغير العلاجي. يرى باندورا هذه المحالات جزءاً ضرورياً لنظرية شاملة في الشخصية، والأكثر من ذلك أنه يرى أنه لا ينبغي تطبيق إجراءات العلاج إلا بعد فهم الآليات الأساسية المتضمنة، واختبار الطرق العلاجية بشكل مناسب.

(١) Invitational Mood
(٢) Mentor

ووفقاً لباندورا (Bandura, 1986, 1999)، يعد السلوك غير التكيفي نتيجة لعلم مختل. ويحدث مثل هذا التعلم كنتيجة للخبرة المباشرة أو للتعرض لنماذج غير مناسبة. وفي الحالة الأخيرة، من خلال التعلم بالمشاهدة والتشريط بمشاهدة الاستجابات الانفرتمعة، يتعلم الشخص توقعات واستجابات انفرتمعة وسلوكية غير تكيفية. ومن خلال الخبرة المباشرة والتعرض للنماذج غير المناسبة ربما يطور الشخص تقويمات مختلفة عن الذات^(١). إراكات عن انخفاض الكفاءة الذاتية أو عن انعدام الكفاءة. والكفاءة الذاتية المدركة هي إدراك الفرد أنه يمكنه أداء مهام يتطلبها الموقف أو أن يعيش مع الموقف. وانعدام الكفاءة المدركة هو إدراك الفرد عجزه عن أداء المهام الضرورية، أو التعايش مع مطالب الموقف. ومن ثم تعد إراكات انخفاض الكفاءة الذاتية أو انعدام الكفاءة أساسية بالنسبة لكل الاداءات النفسية غير التكيفية، كما يتم النظر للزيادة في الطبيعة الإيجابية لمعتقدات الكفاءة الذاتية بوصفها أساسية في كل تغير علاجي.

ويؤكد باندورا - كما رأينا - أهمية مشاعر الكفاءة الذاتية بالنسبة للصحة الجسدية. ووفقاً للبحوث التي قُدمت آنفاً؛ ترتبط الكفاءة الذاتية المدركة بأداء الجهاز المناعي للجسم، كما ينظر إلى إدراك انعدام الكفاءة أيضاً بوصفه حوهرتاً لخبرات القلق والاكتئاب (Bandura, 1998, 1989a). ووفقاً لباندورا، يؤدي إراك انعدام الكفاءة المتعلقة بأحداث التهديد إلى القلق، كما يؤدي إلى الاكتئاب إذا تعلق الأمر بالنتائج المثيية. ففي حالة القلق، يعتقد الأفراد أنهم لا موارد لديهم لمواجهة التهديد. ويشبه ذلك تأكيد لاروس Lazarus أهمية عملية التقدير الثانوي^(٢) (الفصل العاشر). وربما يزداد نعد إدراك العجز عن التعايش مع الموقف - من خلال إدراك العجز عن مواجهة القلق نفسه - هو استجابة خوف من الخوف يمكنها أن تؤدي إلى هلع (Barlow, 2000). وفي حالة الاكتئاب يعتقد الأفراد أنهم غير

قادرين على نيل النتائج المثيية المرغوبة؛ ربما بسبب معتقداتهم حول انخفاض كفاءتهم الذاتية أو لأن معاييرهم لكسب المكافآت مرتفعة بشكل مفرط. وبالتالي، عما يخفقون في تحقيق معاييرهم تمامًا، فإنهم يلومون أنفسهم وبعض قدرتهم أو كفاءتهم لما حدث.

ما الذي يجب عمله فيما يتصل بمشكلة انخفاض الكفاءة الذاتية؟ وفقًا لباندورا، بُعد التغير في معتقدات الكفاءة الذاتية جوهر كل عمليات التغير العلاجي. فالمنحى العلاجي الذي تؤكد النظرية المعرفية الاجتماعية هو اكتساب الكفاءات المعرفية والسلوكية من خلال الاقتداء والمشاركة الموجهة^(١). ففي الاقتداء تُعرض النشاطات المرغوبة من خلال نماذج مختلفة يمرون بنتائج إيجابية أو على الأقل لا يمرون بنتائج مكروهة. وبشكل علم، تُقسم الأنماط المركبة من السلوك إلى مهارات ومهام فرعية تتزايد صعوبتها لضمان التقدم المرجو. وفي المشاركة الموجهة تساعد الفرد في أداء السلوكيات المنمجة. ومع أن باندورا يقبل أهمية المعتقدات غير التكيفية واللاعقلانية^(٢)، والقيمة الممكنة لاختبار مثل هذه المعتقدات، إلا أنه يفتقر أيضًا أن الخبرة جزء ضروري للتغير الفعلي في معتقدات الكفاءة الذاتية. إن الشعور بالتمكن^(٣) هو ما يؤدي إلى تحسن علاجي في الكفاءة الذاتية المدركة؛ ومن ثم فإن لباندورا رؤية شطية وحرارية^(٤) لما هو ضروري بالنسبة للتغير العلاجي.

تشير البحوث التي أجريت إلى أن علاجات الاقتداء يمكن أن تكون فعالة في علاج القصور في المهارات الاجتماعية والمعرفية، وفي تحسين معتقدات الكفاءة الذاتية. ومع ذلك، فإن حدود مثل هذه العلاجات غير معروفة، أي أنه يظل من المطلوب إثبات أن علاجات الاقتداء والمشاركة الموجهة، يمكن استخدامها لتغيير معتقدات الكفاءة الذاتية في حالات القلق الشديد، والاكتئاب الشديد والأشكال الأخرى

Guided Participation (١)

Irrational (٢)

Mastery (٣)

Experiential (٤)

من الاحتلالات النفسية. فمن غير المعروف كيف يمكن تطبيق هذه الأساليب على اضطرابات نفسية أخرى، كاضطراب الشخصية النرجسية على سبيل المثال. لقد مثل مفهوم الكفاءة الذاتية إسهامًا كبيرًا في التراث المعرفي الاجتماعي، واستُخدم في كثير من دراسات تقويم العلاج النفسي، ومع ذلك، كان الأثر المباشر للطريقة المعرفية الاجتماعية على الممارسة العلاجية محدودًا.

النظرية المعرفية والعلاج المعرفي لبك

ربما لم يكن هناك منحنى معرفي لفهم الأداء غير التكيفي للشخصية وعلاجه أكثر تأثيرًا من منحنى هارون بك Aaron Beck. تدرب بك كطبيب نفسي ومحل نفسي، وعمل مع مرضى مكتئبين، ومن هنا بدأ يتأثر بالمعتقدات المعرفية اللاعقلانية وغير التكيفية لمرصاه. ومع إحباطه وتحرره من الأساليب التحليلية؛ طور بك منحنى معرفيًا للعلاج. (وفقًا لبك Beck & Weishaar, 1987; Beck, 1995)، تنتج الصعوبات النفسية من مخطط معرفي سلبي يتصل بالذات والآخرين، ومن الأفكار الآلية^(١) والتصورات المحتملة.

ويمكن النظر لوجهة نظر بك في المرض النفسي من أفضل زوايا، فيما يتصل بمشكلة الاكتئاب، حيث منشأ إنجازاته وتأثيره الأكبر. ويؤكد نموذجه في الاكتئاب أهمية ثلاثة مخططات سلبية تُعرف بالثلاثي المعرفي للاكتئاب^(٢). وتتضمن هذه المخططات رؤى للذات وللعالَم والمستقبل - فالكاتب يرى ذاته فاشلة، ويرى العالم محبطًا، ويرى المستقبل معتمًا. وتتضمن الرؤى السلبية للذات قضايا دائية مثل "أنا غير كفء، وغير مرغوب في، ولا أستحق شيئًا". وتتضمن الرؤى السلبية للعالَم قضايا مثل "متطلبات العالم أكثر مما أحتمل، وتمثل الحياة بالنسبة لي انكسارًا مستمرًا"، وتتضمن الرؤى السلبية للمستقبل عبارات: "ستتضمن الحياة دائمًا المعاناة والحرمان اللذين أعانيهما الآن". بالإضافة إلى ذلك، فالكاتب معرض لخطأ

Automatic Thought (١)
Cognitive Triad Of Depression (٢)

معالجة المعلومات، مثل تضخيم مشكلات الحياة اليومية لتتحول إلى كوارث، وتعميم حدث مفرد ليتحول إلى اعتقاد - مثلاً- بأنه "لا أحد يحبني".

باختصار، يؤكد النموذج المعرفي لبك أهمية دور المعتقدات الآلية الحاطة به (المخططات) والمعالجة غير التكيفية للمعلومات (مثال، التقديرات الخاطئة) في خلق انفعالات سلبية مؤلمة واستجابات سلوكية غير تكيفية. إنها المعارف غير التكيفية التي تؤدي إلى انفعالات إشكالية واضطرابات نفسية. وتتميز الاضطرابات المتنوعة من خلال أنماط المخططات المعرفية المصاحبة لها. فمثلاً، في الاكتئاب تتصل هذه الأفكار بالإخفاق وكفاءة الذات، بينما تتصل بالخطر عند من يعانون من مشكلات القلق (Clarck, Beck, & Brown, 1989). ومهمة العلاج المعرفي هي مساعدة الشخص على تحديد وتصحيح هذه التصورات المحرقة، والمعتقدات المحتلة، والأساليب الخاطئة في معالجة المعلومات. ويتضمن العلاج خبرات تعلم خاصة، وهي خبرات مصممة لتعليم الشخص رصد أفكاره الآلية السلبية، وتعرف كيف تؤدي هذه الأفكار إلى مشاعر وسلوكيات إشكالية، ولفحص الدلائل المتوفرة مع وصد هذه الأفكار، ولتكوين تفسيرات بديلة ذات توجهات أكثر التزاماً بالواقع لتحل محل المعارف الإشكالية. وبالإضافة إلى اختيار مطلق المعتقدات، وصدقها، وقابليتها للتكيف؛ وتستخدم الواحدات السلوكية^(١) لمساعدة الشخص على اختبار المعارف غير التكيفية وتطوير مهارات اختبار فروضها. وبشكل عام يركز العلاج على المعارف المستهدفة المحددة، التي يُنظر إليها بوصفها مساهمة في المشكلة.

ويمكن أن نرى منحي بك لعلاج الاكتئاب في دراسة حالة مشفورة (Young, Beck & Weinberger, 1993). هي امرأة شابة تعاني من اكتئاب، وصراع رواجي، وصعوبة في التعايش مع أطفالها. وبدأ العلاج باستخلاص^(٢) أفكارها الآلية ومخططها السببي عن الذات. فمثلاً، كانت واحدة من أفكارها الآلية أنها لن تكون

أفضل مما هي عليه، وأنها ستبقى للأبد أسيرة موقفها الراهن. وكان أحد مخططاتها هو أن الناس لا يهتمون بها فعلاً. وتعلق مخطط آخر بكونها غير كفاء. ولم تكن هذه الأفكار والمخططات السلبية لاشعورية من حيث كونها مكبوتة، بل كانت غير شعورية بمعنى أنها آلية. ولم تكن المريضة واعية بها حتى تم فحصها بمساعدة المعالج.

بعد استخلاص الأفكار والمخططات المختلة، يُدخل المعالج المريض فيما يسمى عملية *الواقععية التعاونية*^(١)، حيث يشترك المعالج والمريض في هذه العملية كفريق متعاون لفحص الأفكار والمخططات الإشكالية، بطريقة تشبه كثيراً ما يفعله العلماء. فمثلاً، في كل مرة رأت المريضة نفسها "غبية" أو "غير كفاء"، قامت هي والمعالج بفحص أسس مثل هذه الأوصاف الذاتية. هل كانت "غبية" لأنها لم تكن على وعي بهذه الأفكار الآلية من قبل، أم كان المعالج قادراً على أن يعي هذه الأفكار بسبب تدريبه؟ هل كان خطأها مؤثراً على اعدام كفاءتها أم يرجع لكونها إنسانة؟ هل كان من المتوقع منها أن تبين كفاءتها أو تكتسبها إذا كانت قد بقيت في السرير معظم اليوم؟ وبالإضافة إلى مثل هذا الفحص والتحليل العقلاي، أعطاهما المعالج مهام محددة وواجبات منزلية. فمثلاً، كان يطلب منها الاحتفاظ بتسجيل يومي لأفكارها المحتلة، وأن تفحص الأفكار والتفسيرات البديلة للأحداث. علاوة على ذلك كان عليها أن تتدرب على طرق جديدة في التفكير والسلوك. كانت المشكلات تُقسم إلى مهام متدرجة، أو خطوات أصغر حتى يمكن تحقيق تقدم، وزيادة الإحساس بكفاءة الذات. على سبيل المثال يمكن تقسيم مهمة كتابة مقالة كبيرة إلى مهام أصغر تتكون من كتابة الأفكار العامة وقرارات محددة. فبينما تبدو كتابة مقالة كبيرة أمراً هائلاً، فإن كتابة الأفكار العامة والعقارات القليلة يبدو أمراً قابلاً للتنفيذ.

يتضح من هذا العرض تركيز هذا التوجه العلاجي على المعارف الإشكالية،

كما يتضح كونه منحنى نشطاً ومنظماً ومتمركزاً حول المشكلة. لقد تمت مساعدة المريضة المشار إليها للتغلب على لكتئابها على مدار عشرين جلسة. بالإضافة إلى أنها قررت أنها مستعدة أمراً دون الاعتماد على زوجها غير المعاند الذي لا يُعتمد عليه. عندما ظهرت المشكلات في العلاج تم النظر إليها بوصفها اضطرابات اتجاهية أكثر من كونها علامات للمقاومة؛ أي أنه في مثل هذه الظروف، يبحث المعالج عن دلائل على معارف حاطنة أخرى بدلاً من النظر إليها بوصفها مناورات دفاعية لها دوافع معينة.

أضواء على باحث

(أرون ت. بك Aaron T. Beck)

المعرفة وراء اضطرابات الشخصية



عندما كنت أعالج المرضى في أواخر الخمسينيات، لاحظت أنهم يظهرون نمطاً محدداً من التحيز المعرفي في الطريقة التي يفهمون بها خبراتهم الحياتية - الماضية والحالية والمستقبلية. أظهر المرضى المكتئبون تحريفاً منتظماً في اتجاه الشعور بالهزيمة والحرمان، وأظهر مرضى القلق هذا التحريف في اتجاه التهديد والانجراف الشخصي؛ ويظهر مرضى الغضب التحريف عندما يُخطئون بشكلٍ ما. وتؤكدت الملاحظات العيادية عبر عدد من الدراسات المنظمة لمبحوثين إكلينكيين وغير عياديين.

ومع إدراك أن وراء كثير من اضطراب الأعصاب كـالقلق والاكتئاب هناك

اضطراب في الشخصية، بدأت أركز على الأساس المعرفي لاضطرابات الشخصية. واكتشفت أن كل هذه الاضطرابات يمكن أن تنتم بمجموعة معتقدات ذات خصائص متفردة. فلشخصية الاعتمادية، مثلاً، معتقدات من قبيل "لذا لم يوجد أحد لمساعدتي والاعتماد بي؛ فلن أكون قادراً على القيام بوظائفي". ويمكن أن تكون معتقدات الشخصية التجنبية كالآتي: "بما أنني لا أتحمّل الرفض، فعلى أن أظل بعيداً عن أي موقف أكون فيه مستهدفاً". وأصبح واضحاً أن هذه المعتقدات لا تقتصر على المرضى، بل هي حاصل البشر عموماً، وإن كان بدرجة أقل.

واشتمل عملنا العلاجي على تعديل تفكير المريض الخاطئ ومعتقداتهم المختلفة. وامتد بعض تلاميذي السابقين بالبحث الأساسي إلى مدى متنوع من الحالات تتضمن اضطراب مشقة ما بعد الصدمة واضطراب الهلع، والاضطراب ثنائي القطب، والفصام، وأيضاً عدد متنوع من الاضطرابات المسماة بالاضطرابات الطبية مثل ألم الظهر المزمن^(١)، والتهاب القولون^(٢) وزملة الإنهاك المزمن^(٣). وكل هذه الحالات لها شكلها الخاص من المعتقدات ذات الحاصل المتفردة والتفكير المحرف.

ويتقدم علمي الراهن والمستقبلي نحو مزيد من ربط المنحى العلاجي بعلم النفس المعرفي وعلم النفس الارتقائي. ونفحص الدراسات المعاصرة نوع معالجة المعلومات التي تحدث في الاضطرابات المختلفة (مثل، المعالجة الآلية مقابل المعالجة المضبوطة^(٤))، وإدراك ما تحت عتبة الشعور^(٥) والذاكرة في كل اضطراب من هذه الاضطرابات. وندرس الآن نمدين للشخصية: الاستقلال^(٦)

Chronic Back Pain (١)

Colitis (٢)

Chronic Fatigue Syndrome (٣)

Controlled Processing (٤)

Subliminal Perception (٥)

Autonomy (٦)

(الأفراد الذين يعتمد إحساسهم بدواتهم على تعريف الذات والتحكم فيها وكفاعتها)، والاحتمالية^(١) (الأفراد الذين يعتمد إحساسهم بذاتهم على العلاقات بين الشخص والآخرين)، وذلك لتحديد كيف يرتبط هذان البعدان بالاستهداف للاكتئاب. وكيف يتم التعبير عنهما في الأعراض المرضية، وكيف يؤثران على استجابات المرضى للعلاج الجمعي في مقابل العلاج الفردي، والعلاج بالعقاقير الوهمية^(٢) في مقابل العلاج الدوائي. وستتضمن دراستنا المستقبلية أيضًا تقويمًا لمختلف منبئات الانتحار (مثل اليأس وانخفاض تقدير الذات) في جمهور طبي عام.

من الواضح أن ما نصفه هنا نموذج مختلف تمامًا عن نموذج التحليل النفسي. فهل يؤدي المعالجون المعرفيون عملهم بشكل مختلف عن المعالجين الديناميين؟ يشير تحليل مقارن لتسجيلات مفرغة حرفيًا لجلسات علاج دينامي ومعرفي أن هذه هي الحال في الواقع (E.E. Jones & Pulos, 1993). وفي هذا البحث وضعت تقديرات لجلسات العلاج تبعًا لوجود أو غياب خصائص مختلفة متعلقة بشكل أو آخر من أشكال العلاج. ورغم اشتراك شكل العلاج في بعض الخصال (مثال، صورة الذات هي بؤرة المناقشة)، فقد كانت هناك أيضًا فروقًا ضخمة بينهما [جدول ١١-٢]. ففي العلاجات الدينامية هناك اهتمام بإثارة الوجدان، وباحضار المشاعر المربكة إلى الوعي، وبتكامل الصعوبات الراهنة مع خبرات الحياة الماضية، وباستخدام العلاقة بين المعالج والمريض كعامل مغير. وعلى الجانب الآخر، هناك تأكيد في العلاجات المعرفية لأهمية التحكم في الوجدان السلبي من خلال استخدام العقل من جانب المريض، والمساندة والتشجيع والتوكيد من جانب المعالج. ويتناسب هذا بالطبع مع الفروق التي يؤكد عليها المحبان في العلاج.



الأفكار والاكتئاب. تؤكد النظريات المعرفية أهمية دور الأفكار السلبية المحتلة في نشأة الاكتئاب

جدول (١١-٢)

فروق توضيحية بين العلاجات الدينامية والعلاجات السلوكية المعرفية

خصائص العلاج الدينامي:

- ١- المعالج حساس تجاه مشاعر المريض ومنسجم ومتعاطف معه.
- ٢- يركز المعالج على مشاعر الدنب لدى المريض.
- ٣- يحدد المعالج مواضيع تتكرر في خبرة المريض وسلوكه.
- ٤- يؤكد المعالج مشاعر المريض لمساعدته على معاشتها بشكل أعمق.
- ٥- يتم ربط مشاعر المريض أو إدراكاته بمواقف ماضية أو سلوك سابق.
- ٦- تتم مناقشة المشاعر والخبرات الجنسية.

خصائص العلاج السلوكي المعرفي:

- ١- تتمركز المناقشة على القصصا المعرفية (حول الأفكار أو نسق المعتقدات)
- ٢- يتصرف المعالج بطريقة تشبه المعلم (تعليمية).
- ٣- يتم مناقشة نشاطات أو مهام محددة للمريض ليحاول أدائها خارج جلسة العلاج.
- ٤- يقدم المعالج خبرة أو حدثًا من منظور مختلف.
- ٥- يتم للتيسير النشاط بين المعاني الواقعية والمعاني الخيالية للخبرات.
- ٦- يقدم المعالج نصًا وتوجيهًا صريحًا (في مقابل الامتناع عن ذلك حتى ولو تحت ضغط).

Source "Comparing the Process in Psychodynamic and Cognitive Behavioral Therapies," by E.E. Jones and S.M. Pulos, 1993, *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 61, pp. 312-313.

بحوث نتائج العلاج

هل يؤثر العلاج المعرفي؟ يشير عدد من الدراسات التي اهتمت بالنتائج أن العلاج المعرفي إجراء علاجي فعال، خاصة في علاج المرضى المكتئبين (Chambless & Gillis, 1993; Elkin et al., 1989; Hollon, Shelton, & Davis, 1993; Imber et al, 1990; K. D. O'Leary & Wilson, 1987, Robins & Hayes, 1993). ومع ذلك، لم يتم إثبات أنه أكثر فمرفعة من الأشكال الأخرى للعلاج. بالإضافة إلى ذلك يظل من غير الواضح كيف يعمل العلاج المعرفي، وما إذا كانت التغييرات الناتجة قاصرة على هذا الشكل من العلاج (Robins & Hayes, 1993)، وهي مسألة سنفود إليها في نهاية الفصل. وربما كان الامر الأكثر دلالة، من زاوية نظرية، أنه لم يُنتج بعد أن المكونات المفتاحية في التغير العلاجي تكمن في تغيير المعتقدات وطرق معالجة المعلومات (Hollon, DeRubeis & Evans, 1987; Whisman, 1993). بعبارة أخرى، من المحتمل أن التغييرات في المعتقدات المعرفية وطرق معالجة المعلومات تصاحب، أو حتى تتبع التغييرات الانفعالية والسلوكية.

وتلقى دراسة حديثة وتعليقات مرتبطة بها، الضوء على مشكلة عمليات التعبير العلاجي (Tong & DeRubeis, 1999a, 1999b). ففي هذه الدراسة، أجريت تحليلات لجلسات علاج مرضى مكتئبين تعرضوا للعلاج السلوكي المعرفي. وقد تلقى المرضى جلسات أسبوعية خلال الأسابيع الـ ٤ - ٨ أسابيع الأولى، ثم جلسة واحدة أسبوعياً حتى نهاية العلاج. وقد وصلت مدة العلاج إلى ٢٠ جلسة خلال ١٢ أسبوعاً أو ١٦ أسبوعاً. وتم تطبيق بطارية بك للاكتئاب^(١) قبل كل جلسة. ونتج عن تحليلات درجات البطارية تعبير بمط سمي المكاسب المفاجئة^(٢)؛ حيث تحسنت درجات مرضى الاكتئاب فجأة في مرحلة من المراحل التي تفصل بين الجلسات! فهل كانت هذه المكاسب الفجائية عشوائية؟ أم من الممكن ربطها باختراق علاجي مفاجئ وفر استبصاراً بالعمليات العلاجية الداخلة فيه؟ وهل يمكننا تحديد الأسباب المحتملة للمكاسب الفجائية في الجلسات السابقة على هذه المكاسب؟

أولاً: تم تمييز المرضى الذين خيروا المكاسب الفجائية عن المرضى الذين لم يخبروها. وتمت مقارنة المجموعتين على درجات بطارية الاكتئاب عند بداية العلاج، وعند نهاية العلاج وعلى مدد متابعة ٦ و ١٢ و ١٨ شهراً بعد نهاية العلاج. وحقق المرضى الذين حصلوا على مكاسب فجائية في العلاج نتائج أفضل بشكل واضح، عند نهاية العلاج وفي مراحل المتابعة الثلاث، وذلك أكثر من المرضى الذين لم يحصلوا على مثل هذه المكاسب [شكل ١١-٣]. وفي الواقع، بدا أن كثيراً من التحسن العلاجي قد حدث أثناء مراحل المكاسب الفجائية هذه. فهل يمكن تحديد المكونات العلاجية الفعالة في الجلسات السابقة على التحسن العجائى؟ لقد تم تحليل التسجيلات الصوتية لهذه الجلسات بهدف اكتشاف صلة هذا بعدد من مكونات التعبير المعرفي المحتملة (مثل، إحصار المعتقد إلى الوعي، تحديد خطأ في معتقد أو عملية معرفية، الوصول إلى مخطط جديد) وتم جمعها لتشكل مقياس التغير المعرفي

The Beck Depression Inventory (١)
Sudden Gains (٢)

للمريض^(١) بالإضافة إلى ذلك قد تم قياس أوجه التقارب بين المعالج والمريض في كل جلسة، وأشارت البيانات إلى أن هناك تغيراً معرفياً أكبر في الجلسات السابقة للمكسب عن الجلسات الأخرى، ولم يميز قياس أوجه التقارب بين المعالج والمريض بين الجلسات السابقة للمكسب والجلسات الأخرى. باحتصار، بدا أن التغيرات المعرفية هي العامل العلاجي المهم. ورغم الطبيعة الباهرة للنتائج؛ فإن عددًا من ممارسي العلاج المملوكي المعرفي يحذرون من أن هذه التفسيرات للنتائج تظل مفتوحة للسؤال، فيشيرون إلى أن المكاسب تبدو أكثر فجائية وتكراراً بالنسبة لمرحلة العلاج من أن يكون لها مثل هذه التأثيرات الدرامية، وإلى أنه من الممكن أن ترجع هذه المكاسب لعوامل أخرى غير محددة في العلاج، بمعنى أنه بدلاً من أن ترجع المكاسب للتغيرات المعرفية المفترضة، ربما ترجع لعوامل أخرى شائعة في أشكال كثيرة من العلاج (Rachman, 1999; G.T. Wilson, 1999).

مرضى لم يخبروا تحسناً فجائياً

مرضى خب فجائياً

بطارية بك للاكتئاب



بداية
العلاج

نهاية
العلاج

٦ اشهر بعد
العلاج

١٢ شهراً
بعد العلاج

١٨ شهراً
بعد العلاج

شكل [١١-٣] نتائج المرضى الذين حصلوا على مكاسب فجائية مقارنة بالمرضى الذين لم يحصلوا عليها. (BDI: بطارية بك للاكتئاب) * $p \leq 0.05$, *** $p \geq 0.001$.

العلاج المعرفي: الماضي، والحاضر، والمستقبل

في مراجعة لماضى العلاج المعرفي وحاضره ومستقبله؛ استنتج بك أن "العلاج المعرفي وفى بمعايير نسق العلاج النفسى بتوفيره نظرية متماسكة وقابلة للاختبار فى الشخصية وفى المرض النفسى وفى التغير للعلاجى،.... ويكم من البيانات العيادية والواقعية التى تؤيد النظرية وكفائتها" (1993, P. 194). من الواضح أن لنظرية بك ومنحاه فى العلاج أثراً جديراً بالاهتمام فى المجال. ومع ذلك، يمكننا أن نتخذ موقفاً متشككاً لمثل هذا التقويم الإيجابى غير المرهون. فبالأول؛ حتى مؤيدو العلاج المعرفي يصفونه بأنه إجراء علاجى "واعد"، إلا أنه لم يحتسب بشكل مناسب بعد (Hollon et al., 1993, P. 270)، وربما كان الأهم، مر

مطلق كتاب في الشخصية؛ أنه يصعب القول إن العلاج المعرفي يمثل ' نظرية شخصية متماسكة وقابلة للاختبار'، حيث للعلاج المعرفي بؤرة ملائمة، ألا وهي طبيعة العمليات المعرفية المضطربة والإجراءات المستخدمة لتغيير مثل هذه العمليات. إلا أن هناك أكثر من ذلك بكثير بالنسبة للشخصية، وإلى الآن لم يقدم العلاج المعرفي سوى القليل ليمتد ببؤرة اهتمامه أو مداها.

الآليات المعرفية الاجتماعية في المرض النفسي

راجع دودج حديثاً (Dodge, 1993, 2000) الآليات المعرفية الاجتماعية الموحدة في الأراء غير التكيفي، والتي تركز على تناول تأكيد اضطرابات المسلك^(١) والاكنتاب. وتعد مراجعته مفيدة في محاولة جمع المفاهيم المتنوعة التي تؤكد أهميتها المناحي الاجتماعية المعرفية ومعالجة المعلومات.

ويلاحظ دودج أنه يمكن رؤية الاستجابة السلوكية للشخص في موقف ما بوصفها نتيجة لخطوات معرفية، مُعالجة للمعلومات. والخطوة الأولى في العملية هي تفسير^(٢) موقف التنبيه، ويتضمن هذا انتباهاً انتباهاً لأنواع معينة من المعلومات. وتشمل الخطوة الثانية تكوين تمثيل عقلي، وهو تفصيل للإدراك البحث- فهناك معان ترتبط بما يتم تخزينه في الذاكرة. وعندما يتم التعامل مع التمثيلات العقلية أو استرجاعها؛ فإنها تحضر إلى الوعي مع ما يرتبط بها من خصائص معرفية وانتمرتعة. ويشكل التعامل مع التمثيلات العقلية وكذلك الاستجابات الممكنة الخطوة الثالثة في العملية. وفي الخطوة الرابعة يتم تعويم بدائل الاستجابات الممكنة في ضوء المعيار الأخلاقي و/أو المترتبات المتوقعة على كل منها. وكما يلاحظ دودج، فرغم أن الاستجابات الممكنة تخضع بشكل عام لمثل هذه التقريبات، فإنه يمكن إصدار استجابة دون تعويم و-ون تحكم كاف^(٣) لها ومن

Emphasizing Conduct Disorders (١)

Encoding (٢)

Inhibitory Control (٣)

المتكّن أن يرجع مثل هذا الإخفاق التنظيمي لنقص النضج الارتقائي أو إلى استئثاره بمفرقة شديدة. وتتصل مع هذا السياق مفاهيم إرجاء الإشباع^(١) والتحكم في الانتفاخ^(٢). وأخيراً، يلي هذه الخطوات الأربع تنفيذ الاستجابة المنتقاة، ويتصل مفهوم المهارة بالكفاءة التي سيتم بها تنفيذها. باختصار، فإن الخطوات الأربع لمعالجة المعلومات والتي تسق التنفيذ هي: التفسير، والتمثيل العقلي، والتعامل المعرفي مع الاستجابات الممكنة، وتقويمها في ضوء المترتبات المتوقعة.

ويواصل دودج فيعترض أنه يمكن أن تحدث مشكلات في كل خطوة من خطوات العملية. فمثلاً، سيميل العدوان إلى الالتفات إلى الهاديات العدائية في الآخرين، بينما يميل المكتئبون إلى الالتفات إلى الهاديات ذات التضمينات السلبية لتقدير الذات لديهم. وفي الخطوة الثانية، يكون لكل من التمثيل العقلي والعزو السببي^(٣) أهمية خاصة، كما أكد كل من ساليجمان Seligman ووينر Weiner ودويك Dweck، وعلى حين أن عزو النية العدائية يمهّد لمرحلة الاستجابة العدائية؛ فإن أنواع عرو العجز يمهّد لمرحلة الاكتئاب. وهنا يصبح توظيف مختلف مخططات الشخص وأبنيتّه له أهمية خاصة، حيث تتدمج معلومات جديدة بالبناءات المعرفية السابقة وتنتج تغييرات في هذه الأبنية. ويقارن دودج (Dodge, 1993) بين الأداء المعرفي للأطفال العدوانيين والمكتئبين في هذه المرحلة كالتالي.

ويظهر كل من الأطفال العدوانيين والمكتئبين أنماطاً محرفة من التمثيلات العقلية، إلا أن هذه الأنماط تختلف. فيعجز العدوانيون عن تفسير هاديات نوايا أقرانهم، ويتحرف أخطاؤهم في اتجاه عدائية مفترضة من الآخرين. ويؤدي العزو العدائي للأطفال العدوانيين إلى الانخراط في عدوان غاضب منتقم. ويفسر الأطفال المكتئبون أيضاً سلوك أقرانهم بوصفه عدائياً، إلا أنهم يعزّون سلوك الأقران إلى

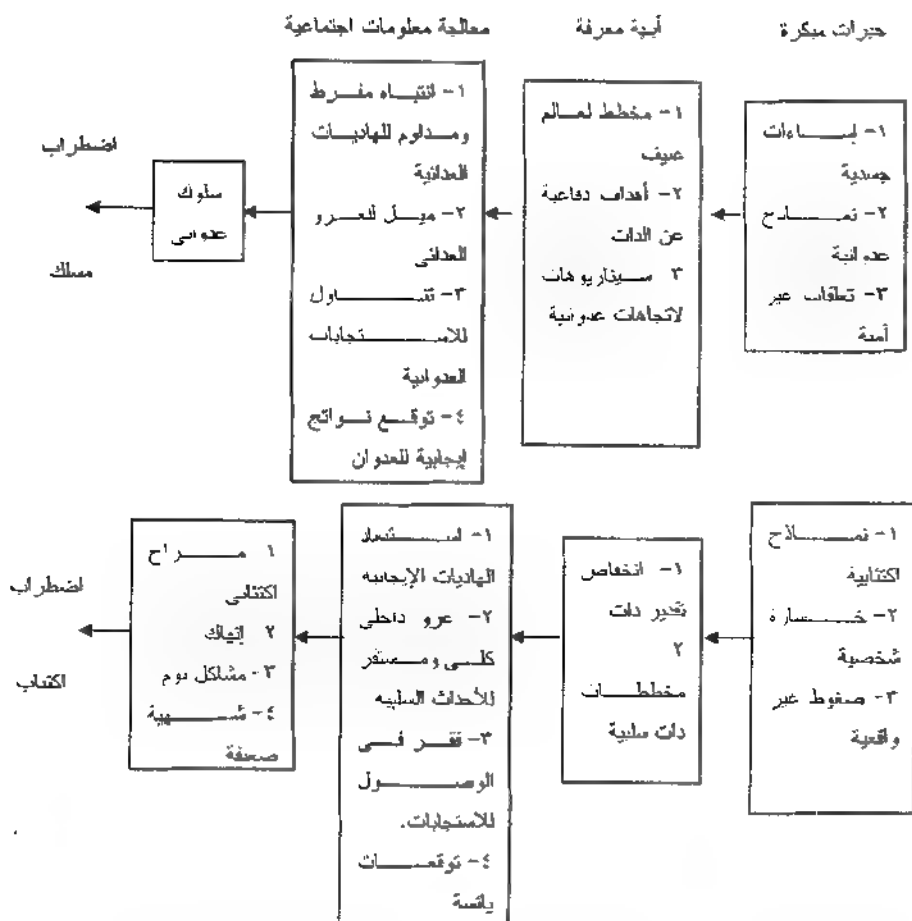
Delay Of Gratification (١)

Impulse Control (٢)

Attributional Causality (٣)

الذات، أى إلى هدايات داخلية كلية ثابتة. وينخرط الأطفال المكتتبون أيضًا فى تفكير مشوه وتعميم مفرط من الأحداث السلبية. ويفترض أن تؤدي أنماط العزو هذه مع الأخطاء المعرفية إلى استئارة الأعراض الاكتئابية (pp. 567-568).

وفيما يخص الخطوة الثالثة، يفترض دودج أن المشكلات يمكن أن تنشأ فيما يتصل بالوصول إلى التمثيلات العقلية والاستجابات المحتملة. مرة أخرى يمكن أن يكون هناك ميل غير موضوعي نحو التعامل مع تمثيلات واستجابات معينة. ربما يكون هناك تصلب يحكم اختيار التعامل مع أى التمثيلات والاستجابات أو ربما يعانى المرء من ندرة البدائل التى يمكنه الوصول إليها بسبب محدودية المخططات. فإذا قارنا مرة أخرى بين الأطفال العدوانيين والمكتتبين، قد يكون العدوانيون قادرين على التفكير فقط فى الاستجابات العدائية، بينما يكون المكتتبون قادرين على التفكير فقط فى الاستجابات السلبية. وبالنسبة لكليهما، لا تكون الأبنية المعرفية البديلة جاهزة للتعامل. وفى الخطوة الرابعة، خطوة تقويم الاستجابات وانتقائها، فإن معتقدات الكفاءة الذاتية لبيندورا تصبح ذات أهمية خاصة. فإذا منح الأفراد الاختيار سيختارون إصدار الاستجابات التى يتمتعون بصدها بمعتقدات كفاءة ذاتية مرتفعة، ويعتقدون أنها ربما تؤدي إلى مثرقات إيجابية؛ فيمكن أن تلعب أهداف الشخص ومعايير وخطته واستراتيجياته دورًا حاسمًا فى هذه المرحلة من العملية. أخيرًا، فى مرحلة وضع التنفيذ أو إصدار الاستجابة؛ تتدخل كل من المهارات المعرفية والسلوكية. فمن الممكن أن تنتج الاستجابات السلوكية عن انتقاء ردىء، إلا أنها ربما تنتج أيضًا عن قصور فى مهارة إصدار الاستجابة المستقاة بشكل مناسب، ومن ثم ستؤثر الاستجابة على موقف التنبيه الذى يتلوها. فمثلًا، لا يميل المكتتبون ميل لإدراك تعبيرات الآخرين الوجهية بطرق غير دقيقة، ولكنهم يستجيبون أيضًا لمثل هذه الإدراكات بأساليب تجعل من المحتمل أن تكون استجابة الآخرين نحوهم سلبية (Persad & Polivy, 1993). وفى مثل هذه الحالة، يصدر سلوك الأفراد مؤكدًا توقعاتهم المشوهة ("التنبؤ بكفاءة للذات") ومن ثم يعاد إنتاج التمثل نفسه.



شكل (١١): نماذج ارتقاء اضطراب المسلك والاكتئاب تشير بمودج فودج المعرفي الاجتماعي للأداء النفسي غير التكيفي إلى أن الخبرات المكتوبة تؤدي إلى ارتقاء الأسس المعرفية وطرق معالجة المعلومات التي تؤدي بدورها إلى إصدار السلوكيات الإسكالية.

Source: From "Social-Cognitive Mechanisms in the Development of Conduct Disorder and Depression," by K. A. Dodge, 1993, Annual Review of Psychology, 44, p. 579. Reproduced with permission from the Annual Review of Psychology volume 44, copyright 1993 by Annual Reviews.

يقدم شكل [١١-٤] مقابلة دودج بين اضطرابات المسلك العدوانى والاضطرابات الاكتئابية وما يفترضه دودج هو أن الخبرات المبكرة تؤدى إلى ارتفاع فى أبنية معرفية معينة وطرق معينة لمعالجة المعلومات. وترتبط أشكال الأداء غير التكيفى بالفروق فى هذه الخبرات المبكرة وطرق معالجة المعلومات. وهكذا، يمكن فهم مختلف أشكال السلوك غير التكيفى فى ضوء الفروق فى خطوات معالجة المعلومات الموصوفة آنفاً. ولابد من ملاحظة أن دودج لم يفترض أن كل سلوك لا بد أن يتبع التسلسل الكامل، أو أن الشخص يقوم بمعالجة تسلسل واحد فى الوقت الواحد. ومع ذلك يقدم النموذج بوصفه طريقة مفيدة لتصوير مختلف خطوات العملية من إدراك الحدث إلى صدور الاستجابة، وكذلك طريقة مفيدة لتصوير الطرق غير التكيفية لمعالجة المعلومات والتي يمكن أن تحدث على طول المسار. وبالمثل، يمكن للمرء اقتراح طرق علاجية لإحداث تغيير مؤثر فى كل خطوة من خطوات العملية، رغم أن دودج لم يناقش ذلك.

الوصف، والتفسير، والعلاج، والنموذج المعرفى

تناولنا فى هذا الجزء عدداً من المناحي المختلفة التى تمثل إجمالاً المناحي الاجتماعية المعرفية، ومعالجة المعلومات فى تناولها للأداء غير التكيفى، والتغير العلاجى. فكيف نقوم ما تقدمه هذه المناحي لكل من الوصف والتفسير والعلاج؟ بالإضافة إلى ذلك: كيف ترتبط هذه المناحي بصعوبات جبراليد؟ يبدو أن هذه المناحي تؤدى وظيفة مُرضية فى وصفها الاضطرابات النفسية، خاصة فى سياق وصفها المعارف الإشكالية والمختلة. وفى ذات الوقت، لابد أن يكون واضحاً أن مدى الاضطرابات المبحوثة من هذا المنطلق مازال محدوداً. فبؤرة الملاءمة مازالت حول مشكلات الفلق والاكتئاب أساساً، وإلى درجة أقل حول مشكلات فى السلوك الاجتماعى (على سبيل المثال: العدوان، وضعف تأجيل الإشباع). داخل هذا السياق؛ ليس من المدهش أن نجد وصفاً حيداً لتغير من صعوبات.

جيرالد من خلال هذه المناحي، لاسيما من خلال نموذج بك المعرفي للاكتئاب. فقد أتى جيرالد في الواقع بالثلاثي المعرفي للاكتئاب: مخططات سلبية تتصل بذاته، وبالعالم، وبالمستقبل. كما أنه أيضا ينتقد ذاته للغاية، ويفسر أى دليل على كونه أقل من درجة الكمال بوصفه دليلاً على كونه فاشلاً. وكان من الصعب بالنسبة له الاعتقاد بأى شخص يمكنه الاستجابة له أو لموكله بطريقة لا تتضمن تقويماً ولا حكماً. ولم يكن لديه وعى بأن أكثر مفاهيمه كانت تقويمية، وأنه من الممكن أن يستحيب الأفراد له فى ظل أبنية أخرى، إلى أن تمت مناقشة ذلك فى العلاج.

وفيما يخص التفسير؛ يمكننا فهم صعوبات جيرالد، وصعوبات مرضى آخرين، فى ضوء المعارف والمخططات، والتقديرات الخاطئة؛ فهناك نموذج تفسرى إبن. ومع ذلك، عند هذا الحد تظل الصلة السببية بين المعارف من جهة، والانفعالات والسلوكيات المضطربة من جهة أخرى؛ فى حاجة للتحديد. فهل المعارف الخاطئة هى السبب فى الصعوبات، أم أنها مرتبطة بالصعوبات، أى أنها جزء من الصعوبات لكنها ليست سببها؟ وهل تسبق المعارف للصعوبات النفسية؟ وماذا يحدث للمعارف عندما نتراجع الصعوبات؟ ولماذا تشفى الاضطرابات إذا تم تصحيح المعارف والعمليات المعرفية المضطربة؟ تتحدى هذه السؤالات أى نموذج نظرى إلا أنها تُعد حاسمة بشكل خاص فيما يتصل بالنموذج موضع التناول.

يُعتبر العلاج جزءاً من بؤرة ملازمة هذا النموذج، كما لاحظنا، لاسيما فيما يتصل بالقلق والاكتئاب. ويعطينا شرح منحنى بك منطقاً واضحاً لما سيفعله المعالج المعرفي لمساعدة جيرالد. سيتم التركيز على المحطط الإشكالي والأفكار المحزنة حيث ستكون موضع فحص وتحليل دقيق. وسوف يتم تقويم معايير المعايير المغالية وستوضع إنجازاته السابقة، التى يوحد منها الكثير، موضع الاعتبار. بالإضافة إلى ذلك سَتُبَدَل جهود لإخراجه من منزله ومن عزلته المبنية على خربه من إخفاقاته. وبطريقة مساندة ومشجعة سوف يساعد المعالج على تصميم مشاريع معينة تكون لها معنى، وقابلة للتغيت، ومعبدة فى الحفاظ على تقديره لذاته.

قضايا تتصل بتحليل الأداء غير التكيفي والتغير العلاجي

نتناول في هذا الجراء قضايا تتصل بالرؤى المختلفة للأداء غير التكيفي وللتغير العلاجي.

الموقف وخصوصية المجال

يحتلف كل من نموذج السمة، ونموذج التحليل النفسي، والنماذج المعرفية الاجتماعية في الدرجة التي يؤكد كل منها أهمية المواقف والسياقات كمقابل للميول والاستعدادات الواسعة. لا تفترض نظرية في الشخصية استقلال السلوك عن المجال؛ ومع ذلك تختلف النماذج في المدى الذي ينظر فيه إلى السلوك بوصفه معتمداً على المجال. وفي هذا الصدد، تقف النظرية المعرفية الاجتماعية بعيدة عن نظرية السمة والنظرية التحليلية. حيث يفترض منظرو النظرية المعرفية الاجتماعية أن الأداء محدد تحديداً كبيراً بالمجال، وأن الشخص يختلف بين المواقف ويستجيب وفقاً لها. ورغم أن الأداء غير التكيفي ربما يكون أكثر تصلباً، ولذلك يظهر اختلافاً أقل بين المواقف، إلا أنه مازال يُنظر إليه بوصفه محدداً بالمجال نسبياً. وفي المقابل يؤكد كل من النموذج التحليلي ونموذج السمة على الاتساق عبر المواقف والمجالات.

أداء النسق

يفترض مفهوم النسق أن أجزاء مختلفة تعمل في ترابط مع بعضها، وأن الأداء الوظيفي لجزء يتأثر بالأداء الوظيفي للجزاء الأخرى. ومن هذا المنطلق لا يعبر الأداء غير التكيفي عن جوانب مرضية في أجزاء النسق فحسب؛ ولكن أيضاً عن أداء مضطرب في النسق ككل. فمثلاً سيؤكد نموذج النسق على الصراع بين كل من الأفكار والمشاعر، وكذلك على الأوجه غير التكيفية لأفكار ومشاعر معينة. وفي هذا المجال، يُعد النموذج التحليلي أكثر النماذج الثلاثة توحها لفكرة النسق (Pervin, 1989). حيث يؤكد بوصوح على التفاعل الدينامي بين القوى (الدوافع،

والحوافز، والغرائز) التي تعمل في ترابط، أو تتناقض، مع بعضها البعض. وفي المقابل، على الأقل في الوقت الراهن، يؤكد نموذج السمة على الأداء المستقل لكل سمة، لو التأثير الإضافي لسِمات معينة، ولا يؤكد النموذج المعرفي الاجتماعي منظور الأنساق أصلاً. ومع ذلك، فمع مزيد من التأكيد الحديث على الصراعات بين الأهداف والنوايا الممكنة، بدأ يظهر تأكيد أكبر للمجالات (Mischel, 1999; Mischel & Shoda, 1999).

ويمكن بهذا الصدد أن نرى الفرق بين النموذج التحليلي والنموذجين الآخرين في الرؤى المصاحبة للتغير العلاجي. فوفقاً للنظرية التحليلية، لا تتغير الاستجابات المنفردة لحسب، ولكن العلاقات الأساسية بين الوحدات البنائية. وفي المقابل، في محي أيرنك السلوكي للعلاج، وكذلك في مناحي العلاج المعرفي، هناك تأكيد على التغيرات في سلوكيات ومعارف غير تكيفية معينة. وكما لاحظنا آنفاً، يهتم التحليل النفسي بمفهوم المقاومة اهتماماً ملحوظاً، أي بأجزاء الشخص التي تقاوم التغيير وتجعل التغيير صعباً، حيث تُقهر المقاومة بوصفها جزءاً محتوماً في ديناميات أداء النفس وتغييره. وفي المقابل، تولى المناحي السلوكية والمعرفية انتباهاً أقل بكثير لمفهوم المقاومة (Wachtel, 1982).

تأكيد التأثيرات اللاشعورية

يؤكد النموذج التحليلي أهمية التأثيرات اللاشعورية إلى حد أبعد مما يفعل أي من النموذجين الآخرين. وفي السنوات المبكرة للتحليل النفسي، كان يُنظر لإحضرار ما كان في اللاشعور إلى الشعور بوصفه المهمة المركزية للعلاج. واليوم، مازال كثير من المحللين يرون ذلك كمهمة مركزية، إلا أن محللين آخرين يرونه بوصفه مصاحباً للتغييرات الأخرى (على سبيل المثال، الخبرة الانفعالية المصححة). وعلى الطرف الآخر، هناك إهمال أو رفض من قبل نموذج السمة لأهمية التأثيرات اللاشعورية. وفي الوسط تؤكد النظرية المعرفية الاجتماعية والعلاجات المعرفية،

حيث تؤكد النظرية المعرفية الاجتماعية اللاشعور، والعمليات المعرفية الآلية وتأثيرات مثل هذه العمليات على المشاعر والسلوك (الفصل السابع). وفي المقام الأهم؛ تؤكد العلاجات المعرفية الأفكار اللاعقلانية وغير التكيفية التي يلتفت بها المرضى أو ينتبهون إليها بسهولة مع مساعدة المعالج. وفي الوقت نفسه يتزايد اهتمام كثير من المعالجين المعرفيين بالأفكار التي تقع خارج وعي المريض، بما يتفق مع تزايد اهتمام النظرية المعرفية بمثل هذه العمليات المعرفية. ويكتب اثنان من ممثلي هذه الوجهة من النظر، إنه لنحول مثير في الأحداث بالنسبة لمنحى ارتقاء في الخمسينيات رافضاً التصورات التي استخدمت فكرة الدافعية اللاشعورية والأفكار اللاشعورية.... ومن المؤكد أن هذا لا يجعل أيًا من العلاجات المعرفية مكافئاً للتحليل النفسي، إلا أنه بين الحكمة في بعض استبصارات فرويد المعاصرة (Davison & Neale, 1994, p. 584).

المعرفة، والوجدان، والسلوك

ما العلاقة بين الأفكار والمشاعر والسلوك؟ تاريخياً، كانت هذه قضية كبرى بالنسبة لعلم النفس، وذلك مع تأكيد النماذج المتنوعة سيطرة واحدة على الآخرين. وفي المسائل التي نتناولها، يمكن أن تؤكد النماذج المختلفة أهمية أكبر لإحداها فيما ينصل بالأداء غير التكيفي والتغير العلاجي (Pervin, 2002). وفي الأيام المبكرة للعلاج السلوكي كان الانتماء منصّباً على السلوك بشكل حصري تقريباً. وكانت الحال هذه بصفة خاصة مع المناحي المتأثرة بمنظر التعلم ب. ف. سكينر B.F. Skinner. ومع ارتقاء العلاجات المعرفية، انصب اهتمام أكبر على الأفكار، وكيف أن الأفكار اللاعقلانية يمكن أن تؤدي إلى مشاعر غير تكيفية. ويعطى الممثلون العصبون أهمية للاضطرابات في احبار الواقع (مثل، فترة الفرر على إبراك الأحداث بشكل واقعي والتعايش معها وفقاً لذلك) وللعمليات المعرفية بشكل أكثر عمومية. بالإضافة إلى ذلك؛ يؤكد كثير من الباحثين التحليليين الآن أهمية

مفاهيم مثل المخططات والمعتقدات المرضية^(١) (على سبيل المثال: المعتقدات الإشكالية عن الذات وعن الآخرين والتي تنمو في الطفولة) (Horowitz, 1991; Weiss & Sampson, 1986). وفي الواقع، هناك دلائل على تقارب الرؤى التحليلية والمعرفية فيما يتصل بدور مخطط الذات السلبى فى الاكتئاب (Ouimette & Klein, 1993; Segal & Muran, 1993) ومع ذلك، فإن التأكيد الأكبر فى التحليل النفسى ينصب على الوجدان. ويمكن رؤية ذلك فى التأكيد على أهمية القلق فيما يتصل بالمرض النفسى، وعلى الطرح والخبرة الانفعالية المصححة فيما يتصل بالعلاج. وكما رأينا آنفاً فى جدول [١١-٢]، ينصب التركيز فى العلاج الدينامى على المشاعر والخبرة، بينما ينصب فى العلاج المعرفى على المواضيع المعرفية (أى الأفكار أو أنساق المعتقدات).

التغييرات الناتجة وعمليات التغير

تشير هذه المسألة الأخيرة مجموعة من الأسئلة المعقدة: هل العلاج النفسى فعال؟ هل تقدم مختلف العلاجات تغييرات مختلفة أم أن التغييرات قابلة للمقارنة؟ هل تحدث مختلف العلاجات تغييراً بطرق مختلفة أم أن هناك عمليات تغيير مشتركة بين كل أشكال العلاج؟ وكما هو موضح فى جدول [١١-٣] يمكن أن تتشابه التغييرات أو تختلف فيما يتعلق بمختلف العلاجات، كما يمكن أن تحدث التغييرات من خلال عمليات متشابهة أو مختلفة. سيميل مؤيدو كل شكل من أشكال العلاج إلى الاعتقاد بأن طريقتهم فى التغيير هى الأفضل، على الأقل بالنسبة لاضطرابات محددة أو لإحداث أنواع معينة من التغيير. وسيحب مؤيدو كل نموذج الاعتقاد بأنهم قد حددوا العناصر المتأخرة للإدعاء غير التكيفى، وأن إجراءاتهم لعلاج مصممة بشكل محدد لإحداث تغير فى هذه العناصر. وشكر منسبط بعض نساء، يمكننا القول إن المعالجين السلوكيين يسعون إلى تغيير السلوكيات غير

التكيفية والإشكالية من خلال استخدام مبادئ التعلم، وإن المحللين النفسيين يسعون لتغيير المشاعر من خلال استخدام الموقف التحليلي كخبرة نمو (أى طرحاً)، وإن المعالحين المعرفيين يسعون لتغيير المعارف غير التكيفية والإشكالية من خلال التحليل العقلاني واختار الفروض فى الحياة اليومية. ولكن هل هناك دليل على أن التغييرات الناتجة مختلفة، وأن عمليات التغيير المختلفة هى السبب فى هذه التغييرات المختلفة؟

تشير مراجعات التراث البحثى إلى أن العلاج النفسى يُعد فعالاً، بشكل عام، للمرضى بصفه عامة، وذلك دون وجود دليل على كفاءة فارقة بشكل عام (Chambless & Ollendick, 2001; Wampold, 2001). والخاصة أنه أصبح تساوى كل العلاجات فى النتيجة تقريباً معروفاً بتأثير طائر الدودو، نسبة لطائر الدودو المنقرض فى *الليس فى بلاد العجائب* والذي قال: "كل واحد يفوز، والكل لابد أن ينال جوائز". وبالمثل، هناك نقص فى الدليل على أن التغييرات التى يحدثها كل شكل من العلاج وعمليات التغيير، مختلفة من علاج لآخر، (Kopta, Lueger, Saunders & Howard, 1999). وربما يفترض مؤيدو كل شكل من العلاج أن التغييرات مختلفة، وأنه يوماً ستكشف البحوث عن مثل هذا التغيير الفارقى، إلا أنه حتى الآن هناك صعوبة لإثبات ذلك. بالإضافة إلى ذلك فإن التأثيرات المحددة المصاحبة للأشكال المحددة من العلاج مازالت بحاجة إلى إثبات. يمكن أن يكون لمختلف أشكال العلاج عمليات تغيير مشتركة قد تؤدي إلى تغييرات متشابهة أو مختلفة فى الشخصية. وعلى الجانب الآخر ربما تتضمن هذه الأشكال من العلاج عمليات تغيير مختلفة تؤدي إلى نتائج إما متشابهة أو مختلفة. يرى بعض علماء النفس أن كل أشكال العلاج تؤدي إلى نتائج متشابهة نتيجة لعمليات التغيير الأساسية نفسها، بينما يفترض البعض الآخر أن كل شكل من العلاج يؤدي إلى تغييرات فريدة من نوعها والتي تُعد بدورها نتيجة لعمليات تغيير مميزة.

جدول (١١-٣)

العلاقة بين عمليات التغير العلاجي والتغيرات في الأداء غير التكيفي للشخصية

التغيرات الناتجة		
مشاركة بين كل أنواع	يتفرد بها كل شكل من	مشاركة
العلاج	العلاج	
تؤدي نفس العمليات في	نفس العمليات في كل أشكال	عمليات التغير
كل أشكال العلاج تؤدي	للعلاج تؤدي إلى تغييرات	
إلى التغيرات نفسها	مختلفة	
الإجراءات المختلفة تؤدي	الإجراءات المختلفة تؤدي	مختلفة
إلى تغييرات أو نتائج	إلى تغييرات مختلفة في	
مشاركة	مختلف أشكال العلاج	

وتفترض هذه المناقشة إمكان أن تكون هناك نتائج مشتركة مصاحبة للعلاجات المختلفة. فهل يعني هذا أن الإجراءات المختلفة تؤدي إلى النتائج نفسها، أم أن الأكثر ترجيحاً هو أن الإجراءات العلاجية تحتوي مكونات علاجية مشتركة؟ هل تتشابه عمليات التغير أكثر مما تختلف، وهل المكونات العلاجية مشتركة أكثر منها منفصلة؟ تفترض كثير من الأفكار الراهنة في المجال أن الحالة ربما تكون هكذا، أي أن هناك عوامل مشتركة تعمل في كل أشكال العلاج. والمكونات المشتركة الشائعة غير المتخصصة للتغير العلاجي هي الأمل، والتحالف الدائم بين المريض والمعالج، ودفع المعالج واحترامه، وفوائد الإقصاد عن الذات (Beutler, 2000; Frank & Frank, 1991; Pennebaker & Graybeal, 2001). ونستطيع أن نفكر الآن في عمل كارل روجرز الذي مضى عليه الزمن الطويل (Carl Rogers, 1966) حول الشروط الضرورية والكافية للتغير العلاجي. فوفقاً لروجرز، هناك ثلاثة شروط ضرورية وكافية لحدوث التغير العلاجي - نظرية

المعالج الإيجابية غير المشروطة للمريض (الدواء، والتقبل)، والتفهم من جانب المعالج، والاتسجام أو الأمانة من جانب المريض. رأى روجرز هذه المكونات بوصفها محدداً للمناخ العلاجي الذي اعتقد أنه المكون الجوهرى فى كل تغيير علاجي.

هل الحال أن الأشكال المختلفة من العلاج تؤدي فعلاً إلى تغيرات مشتركة تنتج عن ممارسات مشتركة؟ إذا كان هذا هو الحال؛ فما تضمنت هذا بالنسبة لروايتنا للأداء غير التكيفي والتغير؟ وبالنسبة لنظريتنا فى الشخصية بشكل أعم؟ للرؤية التى نتبناها هنا هى أن مزيداً من البحث، مع مقاييس أكثر دقة وعينات أكبر من المرضى والمعالجين سوف يجد شيئاً آخر. أى أننا سنجد فى النهاية أن للتغييرات التى تحدثها الأشكال المختلفة من العلاج مختلفة بعض الشيء، وأنه بالإضافة إلى أساس مشترك من الشروط الضرورية؛ هناك عناصر علاجية مميزة لأشكال العلاج المتنوعة. ولا يعنى هذا القول أن أحد أشكال العلاج سيفوز على الآخر، ولكنه يعنى، بالأحرى أن العلاجات المختلفة ستوجد لتُحدث تأثيرات مختلفة، على الأقل بالنسبة لبعض الأفراد وبعض المعالجين. ومع ذلك يظل هذا اعتقاداً لم يقدم التراث البحثي الراهن الكثير لتأييده.

مقارنة للنماذج البديلة

تناولنا فى هذا الفصل ما يمكن أن يضطرب فى أداء الشخصية لدى الأفراد، وكيف يمكن تغيير الأنماط غير التكيفية من التفكير والمُعمور والسلوك. ونظرنا للأسئلة حول الأداء غير التكيفي، أو المرض النفسى وحول عمليات التغيير العلاجي، سواء حدثت داخل العلاج أو خارجه؛ بوصفها أسئلة أساسية نفهمنا للشخصية بشكل أعم. وفى ضوء هذا، تناولنا نموذج السمّة، ونموذج التحليل النفسى، والنموذج المعرفى الاجتماعى للأداء غير التكيفي والتغير. ويمكن رؤية الفروق بين النماذج الثلاثة فى الدرجة التى يقع بها الأداء الوظيفي غير التكيفي

والتغير العلاجي لدخل بؤرة ملامعتها ومداها. بالإضافة إلى أنه يمكن رؤية الفروق بين النماذج الثلاثة في تأكيد كل منها لما ينبغي أن يتغير وكيفية تعبيره (انظر: جدول ١١-٤). ورغم وجود فروق بين الأفراد لدخل كل نموذج؛ فإن هناك مواقف مشتركة بارزة وكذلك تأكيد محدد على مسائل نوعية (على سبيل المثال خصوصية المجال، والأداء الوظيفي للتناسق، وأهمية التأثيرات اللاشعورية، والعلاقة بين الأفكار والمشاعر والسلوكيات).

جدول (١١-٤)

مقارنة بين نموذج السمة والنموذج التحليلي والنموذج المعرفي في الأداء غير التكيفي للشخصية والتغير العلاجي.

نظرية السمة	النظرية التحليلية	النظرية المعرفية
الأداء المضطرب للشخصية		
درجات قصوى على السمات	صرع بين الرغبات والمخاوف، قلق ودفاع، ومحموم الأنسا الأعلى (مشاعر نخب)، ونماذج عاملة داخليًا	معارف غير تكيفية وغير عقلانية (محططات، تقويمات للذات، أفكار) وعملية معرفية
التفسير العلاجي		
للعلاج السلوكي، تأكيد على الاستقرار	الطرح، جعل اللاشعوري شعوري، حيرة انفعالية مصححة	اقتداء ومشاركة موجهة، تصحيح للمعارف الجائفة، واقعية تعاونية
منخفضة	مرتفعة	متوسطة الارتفاع
منخفض	منخفض	مرتفع
منخفض	مرتفع	متوسط الانخفاض

للتسقي	منخفض	مرتفع	متوسط الاتخفاص
تأكيد التأثيرات الاشعورية	السلوك	الوجدان	المعرفة
التأكيد النسبي للمعرفة، أو الوجدان، أو السلوك			

ملاحظة: ترتبط بؤرة الملازمة بالمدى الذى تهتم عنده النظرية بالأداء غير التكيفى للشخصية وبالتغير العلاجى.

وعلى الرغم من افتراض أغلب مؤيدى كل نموذج أن هناك تغييرات مختلفة تحدث من خلال مختلف الإجراءات؛ فقد رأينا أن البحث لم يجد بعد مثل هذه الفروق. ولم يحدث بعد أن أنجزت مسألة الطرق الفارقة التى تنتج آثاراً فارقة. قد يكون الأمر أن التغيرات فى السلوكيات والسمات، أو التغيرات فى المشاعر والصراعات، أو التغيرات فى معتقدات الكفاءة الذاتية والأفكار اللاعقلانية هى مفتاح العلاج. ومع ذلك، لاد أن تكون مستعدين للتعامل مع احتمال أن الشخصية تتكون من نسق يودى التغير فى أحد أجزائه إلى تغير فى الأجزاء الأخرى، أى أن الأفكار والمشاعر والسلوكيات تتغير فى ترابط مع بعضها البعض. بالإضافة إلى ذلك، فرغم إمكان وجود طرق مختلفة للتغير أو عمليات تعبر مختلفة؛ فقد تكون الشروط الضرورية الكافية للتغيير هى نفسها فى كل مناهج وأنواع التغير. وترتبط إجابات أسئلة مثل هذه بتضمينات مهمة لأى نظرية معاصرة فى الشخصية أو حتى لأى نظرية سوف تأتى.

الأوجه البيولوجية والثقافية للأداء غير التكيفى فى الشخصية والتغير العلاجى

تناولنا فى عدد من فصول هذا الكتاب الأوجه البيولوجية والثقافية للظواهر المتصلة بالشخصية. وتميل المناهج البيولوجية إلى التركيز على الخصائص العامة،

بينما تركز المذاهب الثقافية على الخصائص المميزة لأبناء الثقافات المتفرقة (Pervin, 2002). وتنطبق هذه التوجهات أيضاً على المبادئ البيولوجية والثقافية للمرض النفسي والعلاج النفسي. وفي الوقت نفسه، من الواضح أن لكل من المنحيين ما يقدمه لفهمنا للشخصية، ما دامت الشخصية تتكون من كل من الملامح العامة واللامح الوعية الخاصة بكل ثقافة.

أما بالنسبة للإسهامات البيولوجية، فقد ظهر أن لأغلب أشكال المرض النفسي أساساً وراثياً (Blum, Cull, Braverman & Comings, 1996; Nigg & Goldsmith, 1994). وفي مجال العلم العصبي ارتبط اضطراب أداء الشخصية باضطرابات في الناقلات العصبية^(١) وأبنية المخ^(٢). فمثلاً ارتبطت الزيادة في الناقل العصبي الدوبامين بالفصام، وارتبط القصور فيه بالاكتئاب (Hyman, 1999). كما يُنظر إلى عقاقير إدمانية كالكوكاين بوصفها "خادعة" كالدوبامين، بما يؤدي إلى الشعور بالمتعة عند تعاطي المخدر، إلا أنها تؤدي أيضاً للشعور بالهبوط المزاجي عندما يتوقف تعاطي الكوكايين، ويهبط مستوى الدوبامين. كما أن انخفاض مستويات الناقل العصبي السيروتونين يصاحبه هبوط في المزاج، حيث تعمل مصادرات الاكتئاب الحديثة، والتي تُعرف بـ (مُثبطات امتصاص السيروتونين الانتقائية (SSRIs)^(٣))، على تخفيف الاكتئاب من خلال إطالة مدة عمل السيروتونين في مستقبلات الخلايا العصبية. وقد تناولنا في الفصل العاشر علاقة انقسام المخ إلى نصفين كرويين^(٤) بالفروق المزاجية (Davidson, 1998, 2000). وتناولنا في ذلك الفصل أيضاً أهمية الجسيم اللوزي، وارتباط الفروق في أدائه باضطرابات القلق (Barlow, 2000; LeDoux, 1999) فمثلاً، يفترض

Neurotransmitters (١)

Brain Structures (٢)

Selective Serotonin Reuptake Inhibitors (٣)

Hemispheric Lateralization (٤)

كاجان (Kagan, 1999) أن الأطفال المنهيطين^(١) لديهم انخفاض في عتبة القابلية للإثارة في الجسم اللوري. كما ارتبطت الاختلالات في أبنية المخ أيضًا بـ اضطرابات الشخصية المضادة للمجتمع^(٢) (Raine, Lencz, Bihrie, LaCasse & Colletti, 2000). وفي سياق العلم العصبي وتغير الشخصية، وجدت تغيرات في أداء الملح مصاحبة للعلاج السلوك المعرفي الناجح لاضطراب الوسواس القهري (Schwartz, Stoessel, Baxter, Martin & Phelps, 1996). وتُعد نتائج مثل هذه مهمة في ضوء توفيرها لدليل آخر على مطاوعة المخ^(٣) أو قدرة أبنية المخ وعملياته على التغير نتيجة للخبرة.

ومر المهم أن يُعَى على عدد من النقاط في أزماننا أثناء تركيزنا الانتباه على أهمية مثل هذه الأبنية والعمليات البيولوجية.

أولاً: من غير المحتمل أن يكون واحد من الأبنية البيولوجية محدداً منفرداً للاستهداف لاضطراب أو آخر. فالمخ والحسد ككل يعملان بوصفهما تسمقين دياميين، ومنظمين مكونين من أحزاء متبادلة الاعتماد^(٤) (Damasio, 1994, 1999).

ثانياً: تُعد كثير من هذه الارتباطات ترابطات^(٥). وتظل الطبيعة السببية العملية للعلاقات بينها في حاجة للإثبات.

ثالثاً: لابد أن نكون حذرين من القفز إلى تفسيرات بيولوجية تامة وروشتات للعلاج قبل أن نفهم جيداً العمليات المتضمنة والحلول الممكنة لمشكلات الأداء غير النكفي. فمن السهل جدا البحث عن حلول مبسطة لمشكلات معقدة، وسيلعب لإعلام دوره أحيانا في تقديم الثنائيات المرفقة. فمثلا في مقال نيويورك تايمز (١٥)

Inhibited Children (١),
Antisocial Personality Disorder (٢)
Brain Plasticity (٣)
Interdependent (٤)
Associations (٥)

فبراير، ٢٠٠٠، p.7)، وفيما يخص الصلة بين الظواهر غير السوية في المخ واضطرابات الشخصية المضادة للمجتمع (Raine et al, 2000) ويقابل الأهمية الممكنة لأنواع الشذوذ في المخ في الآراء التي تؤكد دور الفقر وسوء المعاملة - وليس بناء المخ والكيمياء العصبية.

ينقلنا ذلك إلى دور الثقافة في الأداء غير التكيفي للشخصية وعمليات التغيير، حيث يؤكد الأنثروبولوجيون وعلماء النفس على أن التعبير عن اضطرابات معينة وتوحيدها وشيوعها، تتأثر كثيراً بالمكان الاجتماعي الذي يحيا فيه الأفراد (Lopez & Guarnaccia, 2000). وفي بعض الحالات، فإن ما يتأثر بالثقافة بشكل كبير هو محتوى الاضطراب. يمكن أن تكون هذه هي الحالة في الفصام، حيث يتأثر محتوى الهلوسات والضلالات بالمكان الثقافي. وفي حالات أخرى، يمكن أن يتأثر شيوع الاضطراب بالمكان الثقافي تأثيراً كبيراً. على سبيل المثال يبدو اضطراب مثل فقدان الشهية العصبية^(١) (رفض الطعام أو تقيؤه بسبب خوف شديد من السمنة) أو زملة التعب المرمز^(٢) يبدو أنهما اضطرابان أمريكيان شماليان على نطاق واسع، رغم أن شيوعهما يتزايد في ثقافات أخرى متأثرة بالثقافات الغربية (Harkness & Super, 2000). مثال آخر يمشي إلى أن تحويلات الأطفال إلى العيادات النفسية في الولايات المتحدة الأمريكية يظهر نسبة مرتفعة من مشكلات انخفاض السيطرة (كالدخل في معارك، أو الاندفاعية)، بينما تظهر هذه التحويلات في تايلاند نسبة مرتفعة من مشكلات السيطرة الزائدة (كالخجل أو الاكتئاب) (Weisz, McCarty, Eastman, Chaiyasit, & Suwanlert, 1997).

و أخيراً في بعض الحالات هناك اضطرابات تبدو مختصة بثقافة. فمثلاً، الاضطراب المعروف بدفوعة الهياج العصبي (*Ataque de Nervios*) -الذي ينجم بأعراض الرجفة ونوبات البكاء، والصراخ بطريقة لا تحكم فيها، والتحول إلى

Anorexia Nervosa (١)

Chronic Fatigue Syndrome (٢)

عدولنية لفظية أو بدنية- يبدو أنه اضطراب فريد بين اللاتينيين من الكاريبي (Guarnaccia, 1997). ورغم ارتباط هذا الاضطراب باضطرابات القلق الشائعة في المجتمعات الغربية، فإن كثيراً من خصائصه تُعد قاصرة على هذا المجتمع وثقافته. وفي جميع المثلة المقدمة يعتمد تفسير الاضطراب كما تعتمد الرعاية التي يتم تقديمها على الثقافة. وعندما يُستخدم إجراء علاجي في ثقافة مختلفة عن الثقافة التي نشأ فيها فلا بد -بشكل عام- من تعديله بأساليب لها معنى بالنسبة للثقافة الجديدة. على سبيل المثال، حينما يستخدم التحليل النفسي في ثقافات كالهند واليابان، فقد تم تعديله ليناسب المعتقدات والقيم وروية الذات القائمة في هذه الثقافات (Roland, 1988).

باختصار، هناك خطوات تقدم هائلة في فهمنا للعمليات البيولوجية المتضمنة في الأداء غير التكيفي للشخصية والتغير العلاجي. وفي الوقت نفسه؛ فإن استكشاف هذه الظواهر عبر الثقافات يوضح التنوع المحتمل في هذه المجالات، كما في كل أوجه أداء الشخصية. يتشابه الأفراد حول العالم في بعض النواحي، إلا أنهم يؤدون بطرق مرتبطة بسياقهم الاجتماعي والثقافي في نواح أخرى.

المفاهيم الأساسية

العلاج السلوكي Behavior Therapy: تطبيق مبادئ التعلم فى علاج اضطرابات الأداء النفسى.

اضطراب الشخصية النرجسية Narcissistic Personality Disorder: اضطراب فى الشخصية يتسم بالإحساس المبالغ فيه بأهمية الذات أو التفرد، وحاجة دائمة لجذب الاهتمام والإعجاب، وشعور بالكفاءة، ومشكلات فى التفهم لموقف الآخر، والقابلية لانخفاض تقدير الذات ينتج عنه إحساس بالخزي، والضعف، والغضب الشديد.

الطرح Transference: فى التحليل النفسى، هو ارتقاء اتجاهات المريض ومشاعره نحو المحلل، تلك الاتجاهات والمشاعر التى تمتد فى الخبرات الماضية مع الرموز الوالدية.

القلق، والخوف، والتهديد (كيلي) Anxiety, Fear, Threat (Kelly): فى نظرية البناء الشخصى لكيلي، يحدث القلق عندما يدرك الشخص أن نسق بناءاته لا ينطبق على الأحداث المدركة؛ ويحدث الخوف عندما يوشك مفهوم جديد على الدخول فى نسق بناءات الشخص؛ ويحدث التهديد عندما يكون الشخص واعياً بتغيير شامل وشيك فى نسق بناءاته.

مختلف تقويمات اختلال أداء الذات Dysfunctional Self-Evaluations: تأكيد باندورا Bandura للتقويمات غير التكيفية للذات، كانخفاض معتدلات الكفاءة الذاتية، أو المعايير المغالية فى الارتفاع لإثابة الذات، والتى قد تنمو نتيجة للخبرة المباشرة أو لتثريب بالمشاهدة مصاحب للتعرض لنماذج غير مناسبة.

الإنشاء Modeling: مفهوم باندورا لعملية إعادة إنتاج سلوكيات مكتسبة من خلال مشاهدة الآخرين.

المشاركة الموجهة Guided participation: منحى علاجي يؤكد أهميته النظرية المعرفية الاجتماعية حيث تتم مساعدة الشخص على أداء سلوكيات ممنهجة.

المثلث المعرفي للاكتئاب Cognitive triad of depression: وصفه بيك Beck للعوامل المعرفية أو المخططات التي تؤدي إلى الاكتئاب، ويتضمن رؤى سلبية للذات، وللعالم، وللمستقبل.

ملخص الفصل

- ١- تم تناول ثلاثة مناحي للشخصية (السمة، والتحليل النفسي، والمعرفي) في إطار وصف الأداء غير التكيفي، وتفسيره، وعلاجه.
- ٢- تفترض نظرية السمة، كما يمثلها نموذج العوامل الخمسة، أنه يمكن فهم اضطرابات الشخصية كدرجات قصوى من سمات الشخصية الأساسية كالعصابية والانبساط وبقطة الضمير، والبهجة، والانفتاح على الخبرة. ويوصف كل اضطراب في ضوء نمط من الدرجات المرتفعة والمنخفضة على السمات الأساسية، وينظر إلى السمات بوصفها تتصل بواحد أو أكثر من الاضطرابات التي يحددها العياديون العاملون في المجال. ومع ذلك، تقع التفسيرات ومقترحات أساليب للتغيير العلاجي غالبًا خارج بؤرة ملائمة النظرية.
- ٣- يُعد المرض النفسي والتغير، مجالات تدخل في بؤرة ملائمة نظرية التحليل النفسي، بما هي مؤسسة على العمل العيادي مع المرضى. تركز النظرية التحليلية على الصراعات بين الرغبات والمخاوف، وعلى الدفاعات ضد القلق؛ في وصفها وتفسيرها للأداء غير التكيفي للشخصية. وينصب الاهتمام على خبرات الطفولة المبكرة والعمليات اللاشعورية. وينظر إلى التحليل النفسي بوصفه عملية تعلم، يتحول فيها اللاشعور إلى شعور، جزئيًا من خلال تحليل استجابات الطرح، كما تتوفر الفرصة لخبرة انغمسة تصحيحية.
- ٤- تركز الارتقاعات الحديثة في نظرية العلاقات بالموضوع على الشخص بوصفه باحثًا عن العلاقات، وعلى النماذج الداخلية العاملة، أو التمثيلات العقلية المصاحبة للوجدان، والتي ربما تكون شعورية أو لاشعورية، والتي تعود إلى الخبرات المبكرة في الطفولة. كما عُرِضت البحوث التي تشير إلى أن النماذج الداخلية العاملة والإشكالية، والتي تظهر في شكل أساليب نعلق غير امر (المتحجب، المهموم)، ربما تشكل صلة بين خبرات الطفولة السلبية والاكتئاب اللاحق.

٥- تتضمن النظرية المعرفية عدداً من مختلف المناحى، تم عرض أمثلة توضيحية لها فى بحوث كيلي Kelly، وباندورا Bandura، وبك Beck. وتركز هذه المناحى بشكل عام على المعارف غير التكيفية واللاعقلانية التى يُنظر إليها بوصفها مسببات للافعالات والسلوكيات الإشكالية. وتركز نظرية البناء الشخصى لكيلي على التهديدات المواجهة لفسق البناء والحاجة للعلاج لمساعدة الشخص على تطوير بناءات وطرق جديدة للتنبؤ بالأحداث؛ أى ليصبح عالماً أفضل. وتركز النظرية المعرفية الاجتماعية لباندورا على دور معتقدات الكفاءة الذاتية السلبية غير التكيفية فى القلق والاكتئاب، وتقترح الاقتداء والمشاركة المرجحة بوصفها إجراءات مفيدة للتغيير، وينظر إلى كل تغيير علاجى بوصفه نتيجة لتغيرات فى معتقدات الكفاءة الذاتية. وتتضح آراء بك فى منعاه عن الاكتئاب والذى يؤكد المثلث المعرفى للاكتئاب (مخططات سلبية تتصل للذات وللعالَم والمستقبل). ويتضمن العلاج تحديد المعتقدات المضطربة والمخطط السلبى وتصحيحها من خلال ما يوصف بالواقعية التعاونية، أى من خلال جهد نشط ومنظم وتعاونى بين المعالج والمريض من أجل الاختبار المنطقى للمعتقدات وتطوير طرق جديدة للسلوك.

٦- يمكن مقارنة النماذج الثلاثة فى ضوء تأكيدها النسبى على قضايا مثل خصوصية المجال؛ والأداء الوظيفى للنسق؛ والتأثيرات اللاشعورية؛ والعلاقات بين المعرفة والوجدان والسلوك. وتعد مسألة ما إذا كانت إجراءات مختلف المناحى تقدم أنواعاً مختلفة من التعبير مسألة معقدة جداً. وإلى هنا يوجد دليل على فاعلية العلاج، ولكن لا يوجد دليل على أن إجراءات نوعية تحدث أنواعاً نوعية من التغيير.

٧- يتضمن فهم الأداء غير التكيفى للشخصية وعمليات تغيير الشخصية تقديرًا لدور الأوجه العامة للأداء الوظيفى البيولوجى، وللسياق الثقافى المميز الذى يقوم فيه لأفراد بأدائهم.

الفصل الثاني عشر*

تقدير الشخصية

* ترجمة د. أيمن علمر

نظرة عامة على الفصل

هل يمكن استخدام مقاييس الشخصية للتنبؤ^(١) بدقة بأداء الأفراد لمهام معينة أو أعمال^(٢) معينة؟ سنهتم في الفصل الراهن بالكشف عن مناطق القوة والضعف التي تسم مختلف أنواع البيانات التي يستخدمها علماء نفس الشخصية في بحوثهم. وفي جهودهم التطبيقية، سواء البيانات المستمدة من التقرير الذاتي^(٣)، أو من تاريخ الحياة^(٤)، أو من تقارير المشاهدين الخارجيين^(٥)، أو من البيانات التجريبية^(٦). وسنهتم كذلك بكيف تؤدي مثل هذه للمشاهدات المستمدة من هذه المصادر إلى استنتاجات وتنوآت متشابهة، بمعنى آخر، متفحص إذا كان مختلف مصادر هذه البيانات سيقدم صورًا متشابهة أم مختلفة عن شخص بعينه. وتتمثل القضية الأساسية التي يتصدى الفصل لمناقشتها في ارتباط كل طريقة من نظريات الشخصية بنوع مختلف من البيانات، وهو ما يخلق حاجة إلى توافر مناهج متعددة لتقدير الشخصية سواء في بحوثنا أو في جهودنا التطبيقية.

الأسئلة التي يحاول الفصل الإجابة عنها

١. إذا افترضنا أن جهة معينة طلبت منك أن تتلقى عددًا من الأشخاص ليعملوا كجواسيس لها أو فدائيين في فترة اشتعال الحرب، كيف لك أن تؤدي هذه

Prediction (١)

Jobs (٢)

Self-Report (٣)

Life-History (٤)

Rating By Observers (٥)

Experimental Data (٦)

المهمة؟ أى خصال الشخصية مستعد ضرورية فى المرشحين لأداء هذه المهمة؟
وكيف ستقيس هذه الخصال؟

٢. ما مناطق القوة والضعف فى مختلف مقاييس الشخصية؟ على سبيل المثال، قد تمدنا التقارير الذاتية بمعلومات مهمة، ولكن هل ستظل هذه المعلومات صادقة إذا ما قورنت بتقديرات المشاهدين؟ وإلى أى حد يمكن للمبحوثين تقديم صورة خادعة عن أنفسهم؟

٣. ما الدلائل المتاحة على أن بيانات الشخصية لها فائدتها فى خلق ثبوتات والوصول إلى قرارات تتعلق بالحياة الواقعية؟ وإذا استخدمنا المقاييس المعتمدة على التخيل^(١) فما العلاقة بين التخيل والسلوك الصريح؟

٤. كيف يمكن ملاعبة مناهج تقدير الشخصية مع التنوع فى جمهور المبحوثين؟

٥. ما العلاقة التى تربط نظرية الشخصية بمناحي تقدير الشخصية؟

Fantasy Measures (١)

مقدمة

نعنى فى الفصل الراهن بالإجابة عن عدد من الأسئلة التى تتعلق بتقدير الشخصية. وقد عتينا طوال الفصول السابقة بالإشارة إلى عدد كبير ومتنوع من مصادر جمع بيانات الشخصية، مثل الاستخبارات^(١)، والمقاييس^(٢)، ومقاييس التقدير^(٣)، ومقاييس الاستجابة المستمدة من مواقف تجريبية^(٤)، والمؤشرات الفسيولوجية^(٥).. إلى آخره. ومن ثم فإننا شغلنا على مدار هذا الكتاب بعدد من الأسئلة التى تتعلق بتقدير الشخصية، إذن.. لماذا نخصص فصلاً مستقلاً لموضوع التقدير؟ إن مصطلح "التقدير"^(٦) مقارن بمصطلح "مقياس"^(٧) أو "اختبار"^(٨) يشير إلى شيئين: يشير أولاً إلى الجهود المبذولة لجمع أنواع عديدة من المعلومات عن الفرد حتى نصل إلى فهم واضح لمختلف جوانب شخصيته. أى فهم "الشخصية ككل". هذا مقابل تركيزنا عند القياس والاختبار لجوانب نوعية محددة للشخصية. وهو يشير -ثانياً- إلى أن ما سنحصل عليه من معلومات سيستخدم لخلق تنبؤات أو اتخاذ قرارات بناء على ما يصل إليه هذا التقدير، كأن نصل إلى قرار بشأن توظيف الفرد فى وظيفة معينة، أو تحديد نوع خاص من العلاج النفسى له؟ إذن يشير المصطلح إلى معلومات سنحصل عليها بهدف وضع تنبؤات واتخاذ قرارات تتصل بصاحبها.

سيسمح لنا أيضاً فصل مستقل عن تقدير الشخصية بجمع جوانب الصورة التى سبق لنا الاهتمام بها محزاة، فضلاً عن طرح أسئلة جديدة لإثارة النقاش حولها، فسيمكنا من البحث عن إجابة عن أسئلة من قبيل: ما العلاقة التى تربط مختلف أنواع

Questionnaires (١)

Scales (٢)

Ratings (٣)

Measures of Responses (٤)

Physiological Data (٥)

Assessment (٦)

Measure (٧)

Test (٨)

النيابات بعضها بعضاً؟ ما وجه الإفادة من بيانات الشخصية فى طرح تنبؤات واتخاذ قرارات تتعلق بالحياة الواقعية؟ ما العلاقة التى تربط نظرية الشخصية بمناحي تقدير الشخصية؟ وهل التحول للإجابة عن هذه الأسئلة وما يرتبط بها من تفاصيل، دعوا بدأ بسرد قصة مهمة، وهى القصة التى يمكن أن يطلق عليها اسم الدراسة المغملة^(١) فى تاريخ تقدير الشخصية. فهى تحكى عن الجهود التى بذلت بالولايات المتحدة لتقدير مدى ملائمة بعض الأفراد للعمل كجواسيس خلال الحرب العالمية الثانية (Office of Strategic Services Assessment Staff, 1984, Taft, 1959, Wiggings, 1973) ما سوف نرويه هنا هو قصة جهود مجموعة من علماء النفس، بقيادة هنرى موارى Henry Morray، سعوا إلى إجراء تقديرات لمجموعة من الأفراد، كانوا يُعتدّون ليعملوا خلف خطوط العدو كقادة للمقاومة، أو جواسيس أو فدائيين، وذلك باستخدام عدد ضخم ومتنوع من مقاييس الشخصية.

تقدير فريق "مكتب الخدمات الاستراتيجية للشخصية"، للأفراد

أنشئ مكتب الخدمات الاستراتيجية^(٢) السابق على المكتب المركزى للاستخبار^(٣) فى سنة ١٩٤٢، وذلك لاختيار وتدريب العاملين فى مجال جمع المعلومات الاستراتيجية، وإجراء العمليات التخريبية خلف خطوط العدو. وكجزء من هذا المسعى، أنشئت هيئة الاختيار على نحو يحذو حذو النموذج المستخدم فى المملكة المتحدة، وتركزت مهمة فريق الاختيار -على الرغم من أن تكوينها لا يقتصر أساساً على علماء النفس- على اتخاذ القرارات بشأن مدى ملائمة المرشح للقيام بمثل هذه المهام، وتقديم توصيات تحدد درجة ملائمة كل شخص لأداء إحدى المهام النوعية (التجسس أو التخريب أو قيادة المقاومة)، وعمل الفريق تحت قيود رمنية صارمة، وظروف يحيطها العموض، وعدم التيقن^(٤) بشكل ملحوظ، وضغوط

(١) Milestone Study

(٢) The Office of Strategic Services (OSS)

(٣) Central Intelligence Agency

(٤) Uncertainty

كبيرة تدعو إلى الحذر من الوصول إلى نتائج تؤدي إلى اتخاذ قرارات خاطئة، خاصة تلك التي توصى بأن أحد الأشخاص مهياً لأداء المهمة ثم يكتشف في النهاية ضرورة استبعاده لأن أدائه غير مرضٍ ولأن كل هذا يتم في زمن الحرب المشتعلة فلم يكن هناك ترف أو إسراف فيما يتصل بالالتزام الصارم بالاعتبارات الأكاديمية، عند إجراء القياسات وتنفيذ الإجراءات إلى آخر ذلك من قيود منهجية. ولتحقيق قدر أكبر من العون العلمي كان التركيز منصباً على إمكانيات أداء المهمة أو تحليل المحك، بمعنى آخر دراسة المهارات الفعلية المطلوبة من العاملين في هذه المجالات، ودراسة خصال الشخصية لمن أظهروا نجاحاً فيها. ولم يقتصر الأمر على ذلك؛ ففريق الاختيار لم يكن على دراية عادة بالمهمة والوظيفة التي سيواجه إليها كل فرد على حدة، لذلك اتجهت تقديراتهم للمرشحين نحو تحديد عدد كبير من الخصال التي يمكن أن تناسب مدى واسعاً من المهام والوظائف التجسسية الممكنة. ما المهارات وخصال الشخصية الضرورية أو المطلوب توافرها في الفرد المرشح لشغل هذا العمل؟ ربما تنعز إلى أدهاننا صورة جيمس بوند James Bond فنرفض من هم أقل منه، أو على غير ما له من صفات؟ ماذا على فريق الاختيار أن يفعل ليضع قائمة من القدرات، وخصال الشخصية، تناسب المرغوب توافره في عمل العميل السري. ويعرض الجدول [١٢ - ١] التالي، ما تم استخلاصه من نتائج في هذا الصدد. وقد كان على فريق الاختيار بعدئذ أن يشرع في وضع إجراءات تقدير درجة توافر هذه الخصال لدى المرشحين. والقرار الذي اتخذ بهذا الشأن هو استخدام عدة آليات كلما كان الأمر ممكناً لتقدير أية خصلة من الخصال. لذلك جمع فريق الاختيار البيانات من المقابلات^(١)، والمشاهدات غير الرسمية^(٢)، والأداء على مهام نوعية فردية وجماعية، والاختبارات الإسقاطية^(٣) مثل الرورشاخ،

Interviews (١)
 Informal Observations (٢)
 Projective Testes (٣)

وتفهم الموضوع. ومع أنه في بعض الحالات أمكن استخلاص درجة كمية موضوعية، ففي أغلب الحالات الأخرى وضع فريق الاختيار تقديرات خاصة للمرشحين في أدائهم على كل مهمة وما يتصل بها من خصال.

أحد مواقف الاختيار الموضحة لطبيعة الإجراءات التي استخدمها فريق التقدير، تمثلت في طلب الفريق من المرشحين أن يفترضوا هوية جديدة أو تطابقاً لقصة مجهولة لهم (مكتوبة على ورقة مغطاة) وأن يجيبوا بصنق عن الأسئلة عندما يخبرون فقط بأنهم في الموقف. ويجري بعد ذلك مقابلة معهم تتركز على إحدى المهام لضاعطة التي أتوها. والسؤال هنا هل يقع المرشح عندئذ في شرك عند كشف المستر في ظل الظروف المقترضة للاهتمام والتعزير، أم عندما لا يعلن عن طبيعة الظرف؟

قمنا حتى الآن بإحاطة قطية بعدد من مواضيع التقدير المهمة، مثل تعريف وتحديد المعك^(١) الذي يقم في ضوء الفرد على التنبؤ، ووضع قائمة من القدرات وخصال الشخصية المرتبطة بهذا المعك.

جدول (١٢-١)

المتطلبات العامة والخاصة للخدمة الخارجية:

مكتب الخدمات الاستراتيجية

المتطلبات العامة:

- ١- دافعية للمهمة: قروح المعنوية المتصلة بالعرب، الاهتمام بالعمل المقترح.
- ٢- الطاقة وروح المبادرة: مستوى النشاط، والصلح، والاندفاع لتحقيق الهدف، والمبادرة.
- ٣- الذكاء الفوجدي: القدرة على اختيار الأهداف الاستراتيجية، والوسائل الأكثر فعالية لتحقيق هذه الأهداف. معرفة التفكير العملي السريع عند التعامل مع الأشياء والأشخاص والأفكار عن طريق وسع الحيلة، والأصالة، والقدرة على الحكم.

- ٤- الثبات الانفعالي: القدرة على السيطرة على الانفعالات المضطربة، الحفاظ على الاستقرار، والثبات في ظل الضغط والخلو من الميل العصائبي.
 - ٥- العلاقات الاجتماعية: القدرة على الحفاظ على علاقات اجتماعية جيدة مع الآخرين لمدة طويلة، وقوة الإرادة، أثناء الدور بزوج الفريق، واليقظة، والتحرر من التحيزات، والخلو من السمات المزعجة.
 - ٦- القيادة: المبادرة الاجتماعية، والقدرة على إثارة التعاون، والقدرة على التنظيم والإدارة، وتحمل المسؤولية.
 - ٧- المبرية: القدرة على حفظ الأسرار، والحذر والتعقل، والقدرة على الخداع والتضليل.
- المتطلبات الخاصة:**
- ٨- القدرة الجسمية: معرفة رد الفعل، والجلوس، والمبرية، وقوة الاحتمال.
 - ٩- القدرة على المشاهدة والتسجيل: القدرة على المشاهدة، وتذكر الأحداث ذات الدلالة والعلاقات فيما بينها لتقييم المعلومات وتسجيلها وتجاه.
 - ١٠- مهارات الدعاية: القدرة على إثراء مصادر الضغط النفسي للعدو، وذلك لابتكار الأساليب المدمرة من نوع أو آخر مثل توجيه حديث أو منشور مكتوب أو رسم له تأثير عليه.

وتحديد الاختبارات والإجراءات التي يمكن استخدامها لقياس هذه القدرات والخصال. نأتي الآن إلى موضوع كيف يمكن إضفاء تنظم على البيئات حتى تصبح قادرين على التنبؤ. أحد التصورات التي تلقى تفضيلاً كبيراً من قبل علماء نفس التقدير هي دراسة العلاقة بين المتغير والمحك. وعندئذ يدرس كيف يمكن التركيب بين المتغيرات الأفضل لتستخدم في التنبؤ بالمحك. على سبيل المثال، إذا كل اهتمامنا منصباً على اختيار أفضل من يصلح للعمل (كباتع)، هنا يحدد المرء عدداً من المهارات ومتغيرات الشخصية التي نسميها لياقين الناجحين في مهنة الاتجار. في مقلد ذلك قد يضع الباحث تصوراً مثالياً للأشخاص الملائمين لشغل وظيفة معينة ثم يصحب ذلك بتقدير شامل لكيف يمكن تقريب المرشح من هذا النمط

المثالي. في هذا المنحى الكلى الأخير والذي يتبناه أغلب الممارسين العياديين يتم وضع تقدير عن شخصية الفرد ككل بدلاً من النظر إلى المتغيرات الفردية المكونة لشخصيته ثم التركيب بين بعضها بعضاً.

ولأن فريق التقدير الخاص بمكتب الخدمات الاستراتيجية لم تكن دراسته هي الأولى في القياس الفردي للأداء، ولأنه أمكن جمع كمية هائلة من المعلومات المتنوعة، فقد مال أكثر أعضائه إلى تبني المنحى العيادي في تنظيم المعلومات، بالإضافة إلى ذلك تبني "هنري موارى" كرائد لمتل هذه الجهود بوضوح مثل هذا المنحى العيادي الكلى، ومن ثم تعامل الفريق كمجلس تشخيصي يتم داخله عرض البيانات، وقراءة التقارير، والمشاركة بالملاحظات سعياً إلى الوصول إلى تقدير يلقي اتفاقاً حول الخصال المطلوبة في المرشح.

علينا إذن أن نهتم بسؤال آخر يتعلق بالتقدير وكيفية تنظيم المعلومات سعياً للتنبؤ، فقد أتينا إلى نهاية القصة وإلى آخر ما يتصل بهذا الموضوع، وهو كيف نقوم بالتقدير بأفضل صورة؟ ما هي الفائدة التنبؤية أو الصدق التنبؤي لهذا المسعى؟ لسوء الحظ ليس لدينا هنا إجابة مرضية، فتفاصيل هذا الجزء من القصة شديد التعقيد، ولكنه ينطوي على قضية غاية في الأهمية، تتعلق بكيف لنا أن نقيم نتائج محاولات للتقدير؟ وما المحك الذي نرتكن إليه للحكم على نتائج محاولتنا للتقدير؟ هل نستخدم في هذه الحالة مقياساً موضوعياً خارجياً، مثل معرفة هل بقي العميل حياً أم ميتاً؟ من الصعب أن يكون هذا محكاً مرضياً، لأن الأداء لا يستلزم ربطه بنتائج الأداء على المقياس، فالكثير من العملاء الناجحين يموتون أثناء تقديمهم لإسهامات بارزة أثناء مدة الحرب. إذن ربما يكون من الأفضل أن نحول إلى مقياس أكثر ذاتية مثل استخدام تقديرات الأداء. إذا قبلنا ذلك فمن يصلح أن يقدر أداء العميل؟. في هذه الحالة يمكن أن يقدم عن كل مرشح تقدير من أربعة مصادر خارجية: فريق التقدير المتابع للعميل عبر البحار، والرؤساء الحاليين للعميل، والفريق المعنى بتقديره تقويمات إضافية لأداء العميل فور اكتمال رحلته

الخاصة بالمهمة، وفريق تقويم العمل المكلف بتقويمه بعد عودته من المهمة. كل هؤلاء من المحتمل أن تصلح تقديراتهم أساساً معقولاً لتقدير أداء العمل، ويمكن لنا أن نتوقع درجة معقولة من الاتفاق بين المصادر الأربعة. ولأنه من النادر أن يأخذ علماء النفس تقدير الأمور ببساطة، فقد حسسوا الارتباطات بين الأساليب الأربعة فوجدوا أن متوسط الارتباط بينها بلغ ٠,٥٢ وهي درجة لا تعد مؤشراً كبيراً على الاتفاق!

عليها إذن أن يطرح السؤال: إلى أي حد يرتبط التقدير الأصلي لفريق مكتب الخدمات الاستراتيجية بكل من الطرق الأربعة لتقويم الأداء النهائي؟ مرة أخرى نجد أن حجم الارتباط مخيب للآمال، فقد تراوحت الارتباطات بين تقديرات فريق التقدير والطرق الأربعة الأخرى للتقويم النهائي للمهمة بين ٠,٠٨ إلى ٠,٥٣ بمتوسط أقل من ٠,٣٠. وقد خلص واضعو التقرير النهائي للدراسة إلى استنتاج موداه أنه "لم تكشف إحصاءاتنا أن لنظامنا في التقدير قيمة كبيرة" (OSS Staff, 1948, p. 423). ومع ذلك رأى أحد علماء نفس الشخصية البارزين أن الفريق كان معالياً في نقده لدأته فيما يتصل بهذا الموضوع، وأن ما أجرى على البيانات من تحليلات إضافية بين أنه رغم ضعف الارتباطات فقد كان لها قيمتها في تحسين جهود التنبؤ. في مثل هذه الحالة إذا ما تجاهلنا عدداً قليلاً من الأفراد الذين كانوا توجيههم للقيام بمهام معينة فيما وراء البحار غير دقيق فإن باقي الاختبارات كانت تمثل إسهاماً حقيقياً. وقد استنتج هذا العالم من مراجعته لهذه المحاولات ما يلي:

إن هذا الحجم الملحوظ من التقديرات يجب أن يلقى اهتماماً بوصفه أمراً له دلالاته ولكونه ذا قيمة كبيرة بين ما كُتب من بحوث عن تقدير الشخصية. فـ "فـ رـ كـ المؤلفون بشكل مولم أن هناك صعوبات كثيرة في وضع برنامج للتقدير في ظل غياب محك مُرضٍ للتحليل، وفي ظل إجراءات تقدير غير معروفة درجة صدقها، في مواقف من الصعب الوصول خلالها إلى تقويم كافٍ للنتائج" (Wiggins, 1973, p. 539).

ولأن المرء قد يحتاج إلى تقويم نتائج تقديرات مكتب الخدمات الاستراتيجية، لذلك فإن أبرز النقاط التي ستعينه على ذلك هي رصد ما تأكد، والإشارة إلى المواضيع التي نكثت، والتي يمكن سردها فيما يلي:

١- كيف يمكن للمرء أن يتجسس في تحديد خصال الشخصية ذات الصلة بالمشكلة أو بالمحك محل اهتمامه؟

٢- كيف له أن يقرر أفضل وسيلة لقياس كل خصلة من خصال الشخصية؟ وإذا استخدمت عدة مقاييس لقياس كل خصلة يشكل مناسب -على نحو ما تم في مشروع مكتب الخدمات الاستراتيجية- ماذا يمكن للمرء أن يفعل إذا لم يحدث اتفاق بين هذه المقاييس؟ بمعنى آخر ماذا يقول إذا كانت درجة الاتفاق ضعيفة أو إذا كان ثبات المقاييس لخصلة معينة متخففاً؟

٣- كيف ينظم المرء ما يحصل عليه من معلومات ليتمكن من وضع تنبؤاته؟ هل يبنى ذلك على أسس لا تتغير بالنظر الكلية في توجهها؟ أم أن كثرة المعلومات قد تؤدي إلى حدوث التداخل وإرباك؟

٤- كيف يضع المرء محكاً أو مقياساً مسبقاً بصوغ تنبؤاته من خلاله؟ في بعض الحالات قد يكون هذا المحك واضحاً (مثل كمية البيع كمقياس لنجاح البائع)، وفي حالات أخرى، قد يكون المحك أقل وضوحاً، وأكثر غموضاً (مثل محك النجاح في العلاج النفسي أو في القيادة). بتعبير آخر، إن تقويمنا للنجاح في تقدير المحاولات قد يعتمد جزئياً على استخدام مقياس محكي بمعنى أن صدق التنبؤ أو مقياس أو تقدير الشخصية في بعض الحالات يعتمد على المحك الذي يقاس الجنب المقابل لما نقيسه.

بعد تقدير الشخصية مجالاً معقداً إلى حد كبير بحيث يعجز أحياناً عن تقديم إجابات محددة عن كل هذه الأسئلة، ومع ذلك إذا وضعنا قصة مكتب الخدمات الاستراتيجية في آذاننا فسيصبح لنا في وضع أفضل عند طرح مثل هذه الأسئلة، كما سنبرر لدينا أسئلة أخرى.

أنواع بيانات الشخصية

كما لاحظنا منذ بداية هذا الفصل وغير هذا الكتاب، أتيح لنا فرصة للاهتمام بأنواع متنوعة من البيانات الشخصية. وتضمنت مقاييس الشخصية التي ناقشناها: الاستخبارات، والتقدير، والاستجابة عن الاختبارات التجريبية، ومقاييس التقدير، والمقاييس الفسيولوجية (جدول ١٣ - ٢). وقد يكون من المفيد الآن أن نصنف هذا المدى المتنوع من المقاييس داخل فئات. فكما أشرنا في الفصل السادس ميز بلوك (1993) Block بين أربع فئات من مقاييس الشخصية، هي البيانات من الفئة (L)، ومن الفئة (O)، ومن الفئة (T)، ومن الفئة (S)، وهي ما يجمعها كلمة (LOTS). تشير البيانات من الفئة (L) إلى بيانات سجلات الحياة، أو بيانات تاريخ الحياة، فتيين مثل هذه البيانات التاريخ السابق لإتجاز معين، أو لجريمة ما، فإذا ما أمكن الاحتفاظ بسجلات دقيقة عن هذه الأبحاث تصبح هذه البيانات موضوعية ومفيدة تماماً.

أما البيانات من الفئة (O) فتشمل تقديرات الملاحظين الخارجيين مثل الآباء، والمعلمين، وشريك الحياة، والأقران. واستخدم ماجنيسون Magnusson مثل هذه النوعية من البيانات عندما طلب من المعلم تقدير النشاط الحركي للزائد^(١) لدى تلاميذه، واستخدمها سروف Sroufe لتقدير الترابط، واستخدمها بلوك Block تحت مسمى تصنيف^(٢) (Q) لوصف الأفراد في مُدد زمنية مختلفة. وتعد تقديرات الملاحظين من المقاييس الأساسية التي استخدمها بلوك وبلوك Block & Block (1980) في دراستهما الطولية، كما استخدمها أيضاً للمقارنة بين أداء المبحوثين عبر مختلف المراحل العمرية عندما اضطررا إلى استخدام إجراءات اختبار مختلفة، ومع ذلك تُتهم تقديرات الملاحظين بأنها ذات طبيعة ذاتية في أساليب فكما نلاحظ في مشروع مكتب الخدمات الاستشارية لم تنسم تقديرات الملاحظين سرية مقبولة

من الثبات، إذ يحسب غالبًا متوسط التقديرات للوصول إلى درجة مقبولة، ومع ذلك وكما سبق ولاحظنا أيضًا- تتطوى التقديرات دائمًا على جانب من الذاتية، وعندما لا يكون هناك اتفاق معقول بين المقدرين يصبح متوسط تقدير خصال الفرد أمرًا مثيرًا لل تساؤل إلى حد كبير.

جدول (١٢-٢)

مقاييس الشخصية المعروضة في الفصول السابقة

(فئات المقاييس التي تدرج تحتها)

المقياس	نمط البيانات	المفهوم	البيانات النفسية	الفصل
TAT	T	١-الدافعية للإنجاز	١-موراى -	١
Structured interview	S			
EPI	S	٢-نمط (أ) للشخصية	ماكليلاند	١
NEO-PI	S	٣-سمات	٢-فريدمان	٢
EFT	T	٤-سمات	وروزفمان	٢
RepTest	S			
I-E Scale	S	٥-الأسلوب المعرفي	٢ إيريك	٣
ASQ	S	٦-البناء الشخصي	٤-كوستا - وماكرا	٣
Approach-avoidance	T			
SIDE	S	٧-التوقعات المعقدة	٥-وينكين	٣
Ratings	O	٨-أسلوب العزو	٦-كيلي	٣
Criminal records	L			
California Q-set	O	٩-الصراع	٧-روتر	٤
Dart throwing	T	١٠- البيئة المنزلية	٨-سليجمان	٥
Partner preference	S	١١- فرط الحركة	وييترسون	٦
Helper T cells	T			
Free responses	S	١٢-الإجرام	٩-ميلر	٦
Ways of coping	S	١٣- التحكم في الأنا	١٠-داس ويلومين	٦
LOT	S			
GSR	T	١٤- اللاشعور	١١-ماجسون	٧
Dreams	S	١٥- تحقيق الذات	١٢- ماجنسون	٨
		١٦- معتقدات تحقيق الذات	١٣- بلوك	٨
		١٧- المشاريع الشخصية	١٤- سليفرمان	٩

٩	١٥-سول	الكفاح الذاتي		
٩	١٦-باندورا	- مهام الحياة		
١٠	١٧-ليل	١٨-التوافق		
١٠	- إيمونس	١٩-التعاؤل		
١٠	- كانتور	٢٠-مستوى الاستشارة		
١٠	١٨- لازاروس	٢١-الانفتاح		
	١٩-شاير وكارفر			
	٢٠-وينجر			
	٢١-بيلي باكر			

(L) بيانات سجلات الحياة (O) بيانات الملاحظة الخارجية

(S) بيانات التقرير الذاتي (T) بيانات الاختبار الموضوعي

وتشتق مقاييس الفئة (T) من الإجراءات التجريبية، أو الاختبارات المقننة، وهي تمثل: من عدة زوايا- النموذج الموضوعي والتجربي للقياس. ويظهر بوضوح استخدام بيانات الفئة (T) في بحوث باندورا عن الأداء في علاقته بالأهداف، وفي البحث الذي استخدم فيه عدد من المقاييس الفسيولوجية للمشقة (معدل دقات القلب^(١)، واستجابة الجلد الجلفانية^(٢))، ووظائف جهاز المناعة). ومع ذلك، فإن البيانات من الفئة (T) غالبًا ما يصاحب استخدامها أنواع أخرى من البيانات، لذلك، غالبًا ما كان "باندورا" يستخدم بيانات أدائية مصحوبة بتقديرات ذاتية لاعتقادات الفرد في كفاءته الذاتية، والمقاييس الفسيولوجية للضغط، ودراسة ارتباط ذلك باستخبارات تقدير أسلوب التعايش^(٣). والاستخدام النموذجي لبيانات الفئة (T) في بحوث الشخصية على اختبار الفروض المتعلقة بوظائف الشخصية أكثر من استخدامها كأساس لتوضيح العروق الفردية. وتمثل مثل هذه البيانات

(١) Heart Rat

(٢) Galvanic Skin Conductance

(٣) Coping Style

عيات شديدة المحدودية لسلوك الفرد بهدف الوصول إلى تعميمات غير مؤكدة غالباً عن الوظائف النفسية في المواقف الطبيعية.

ونتيجة لاهتمام بحوث الشخصية بالعروق الفردية طلّت بيانات الفئة (S)، أو بيانات التقارير الذاتية، صاحبة النصيب الأكبر في مثل هذه البحوث. ويتضح ذلك بوضوح في عديد من الاستخبارات، ومقاييس التقرير الذاتي التي عُرضت عبر هذا الكتاب، وتتميز بيانات التقرير الذاتي بسرعة جمع البيانات الممثلة لمدى واسع من جوانب الظاهرة موضع اهتمام الباحث. وتتميز الاستخبارات بسهولة تطبيقها على جماعات كبيرة من المبحوثين، وخاصة طلاب الجامعات الذين يقبلون الالتزام كمبحوثين بمتطلبات الأداء على مثل هذه المقاييس. كما أن هذه المقاييس من السهل حساب الدرجة عليها. ويشير بعض علماء النفس إلى أن بيانات التقرير الذاتي تصبح مفيدة متى طلبنا من المبحوثين أن يذكروا أشياء لازالت حاضرة في أذهانهم، ومع ذلك فإنهم لا يتقنون كثيراً في الاعتماد على الذاكرة، واستصدار الأحكام الواسعة عند استخدام مثل هذه الاستخبارات (Ericsson & Simon 1980) ويثير ناقدو البيانات المستمدة من التقرير الذاتي قضية أن الأفراد يقدمون غالباً صورة غير دقيقة عن أنفسهم — سواء بوعي منهم أم بدون وعي. فهم غالباً يعززون أفعالهم إلى أسباب خاطئة كما أن استجاباتهم تتأثر بالطريقة التي تصاغ بها البنود أكثر من تأثرها بمضمون هذه البنود (D.N. Jackson & Messick, 1958, Nisbett & Wilson & Stone, 1985) وتتضح مشكلة أسلوب الاستجابة في الميل إلى قبول محتوى البنود أو رفضها، وهو ما يسمى بالميل إلى الإذعان⁽¹⁾ لذلك فإن المبحوثين قد يفضلون الاستجابة بكلمات مثل أحب أو أوافق (بالنسبة للموافقين)، أو لا أحب، لا أوافق (بالنسبة للرافضين) (Jackson & Messick, 1967, Wiggins, 1973)

اهتمما هنا بأربع عات من بيانات الشخصية. وطرحنا بعض التعليقات المختصرة حول عدد من مناطق القوة ولضعف المرتبطة بكر فئة منها. والهدف

من ذلك الذى نسعى إلى تأكيده، هو أن هناك أنماطاً مختلفة من البيانات التى يمكن أن يستمد منها ناحثو الشخصية بياناتهم، وكل نمط من البيانات قد يكون أكثر -أو أقل- مناسبة لبعض الأغراض المستخدم فيها عن بعضها الآخر. (Moskowitz, 1986) ومع أن ناحثى الشخصية يصبحون غالباً أكثر تعلقاً بنمط أو بأخر من البيانات، فهناك مراحل من الزمن تكون خلالها أحد أنماط البيانات -مقاربة بغيرها- أكثر أو أقل تفضيلاً، كما أنه من الممكن استخدام أكثر من نمط من البيانات فى مراحل محددة من البحث، أو خلال جميع مراحل برنامج بحثى ممتد. على سبيل المثال، استخدام باندورا -كما لاحظنا- التقارير الذاتية لقياس معتقدات كفاءة الذات، واستخدم مقاييس التفضيل فى مواقف وضع الأهداف^(١)، ومقياس وظائف نظام المناعة^(٢). وعلى نحو مشابه، استخدم كل من لازاروس وكارفر وشيبر الاستخبارات والمقاييس النفسية فى بحوثهم عن الضغوط والتوافق والصحة. وقد دعا أحد الخبراء -على الأقل- فى المجال إلى مزيد من التعدد المنهجى التكاملى فيما يتصل ببحوث الشخصية، وعادت بنا هذه النظرة إلى جهود هنرى موراي Henery Murray، وهى تلقى اليوم مزيداً من التدعيم (Craik, 1986).

عودة إلى الاهتمام بالثبات والصدق

ناقشنا فى الفصل الأول -الخاص بمناهج البحث- الأهداف العامة للثبات والصدق فى مختلف بحوث الشخصية، وأشارنا هناك إلى ارتباط الثبات بالقابلية لاستعادة المشاهدات، وصدق القياس، ودقة البيانات التى تم جمعها. والآن سنتطرق إلى عديد من الجهود البحثية المتنوعة، التى قد تفيد فى إلقاء الضوء على هذه المفاهيم بشيء من التفصيل.

يعبر الثبات عن الحاجة إلى التأكد من أن أحد مقاييس الشخصية يعكس النتائج

(١) Goal-Setting
(٢) Immunological System

الحقيقي والمنظم في خصال الفرد، وليس انعكاساً لتباين الخطأ والتحيز والعشوائية. ويرتبط العديد من أنواع الثبات باختبارات الشخصية، ولعل أبسط هذه الأنواع هي التي تسعى للتحقق من أن تقديم الاختبار في أكثر من سياق سيؤدي إلى الحصول على درجات متشابهة لدى المبحوث الواحد، وهو ما يُعرف بثبات إعادة الاختبار^(١) فإذا افترضنا أن المفهوم موضع القياس ثابت ولا يتأثر بالأحداث الموقفية البسيطة سيصبح من المتوقع أن تقديم الاختبار في أكثر من موقف سيؤدي إلى الحروح بنتائج قابلة للمقارنة، بما يحقق متطلبات الغالبية للاستعادة.

وإذا افترضنا مع ذلك أن التقديم الأول للاختبار من شأنه أن يغير من طبيعة الاستجابة، أو إذا افترضنا أن هناك تأثيراً للممارسة على الأداء، أو أن استجابة الفرد عند الأداء الثاني على الاختبار ستتأثر نتيجة إعادة طرح الفرد لما قدمه عند الأداء الأول على الاختبار، في هذه الحالات لا يصبح التقدير على التطبيق الثاني مستقلاً، ولذلك لا يكون مناسباً لتقدير الثبات. لمعالجة مثل هذه المشكلات، تقدم في بعض الحالات صور بديلة أو مكافئة للاختبار. ولأن المفترض في هذه الحالة أن الصور البديلة متوازية ومكافئة، فإن درجة الاتساق في الأداء على الاختبارين ستكون موثراً للثبات، وهو ما يسمى بثبات الصور البديلة (أو المكافئة)^(٢). وعلى الرغم من أن وضع صور بديلة أو مكافئة من الاختبار أمر شائع في اختبارات الذكاء والقدرات، فإن الأمر أقل شيوعاً في حالة استخبارات الشخصية، والاستثناء الواضح من ذلك يمثل الصورتان المكافئتان من استخبارات كاتل للعوامل الستة عشر لقياس سمات الشخصية.

وعندما يكون للاختبار طول مناسب، يقدر الثبات بمقارنة الأداء على النصف الأول من الاختبار بالنصف الثاني منه (ثبات القسمة النصفية)^(٣). أي تقارن

Test Retest Reliability (١)

Alternate (Equivalent) (٢)

Split-Half Reliability (٣)

استجابة المبحوث على النصف الأول باستجابته على النصف الثاني، أو تقارن استجابته على البود الزوجية باستجابته على البود الفردية. وتكشف هذه الصورة من الثبات بدرجة معينة- الاتساق الداخلي للاختبار، بمعنى آخر تبين إذا كانت مختلف أجزاء المقياس تقيس الشيء نفسه أم لا.

وترتبط أشكال الثبات السابقة بمختلف صورها- بالتحقق من الاتساق على استجابة المبحوث، ويفترض في هذه الحالات أن متطلبات الأداء على اختبارات حصول الشخصية ثابتة. إلى جانب ذلك، هناك نوعان آخران من الثبات يرتبطان بالعلم جمع الثبات، النوع الأول هو ثبات المصححين^(١)، حيث يجب أن يسبق تسرب اثنين من المصححين في الحكم على إاء مبحوث واحد على لاختد . وهناك اليوم برامج جاهزة تقوم بالتقدير التالي للأداء على كثير من الاختبارات الشخصية الرئيسية. وفي هذه الحالة، يكون ثبات التصحيح أمرا مؤكدا. ومع ذلك هناك اختبارات عبر متاح لها برامج تحسب الدرجات عليها أليا، أو تكون من النوع الذي يتطلب مصححا مدربا لتغير الدرجة عليها. فيستخدم كثير من محبي الشخصية بيانات ذات طبيعة مجربة، مثل الأساليب على بطاقات اختبار فهم المصنوع TAT والذي يتطلب حساب شرجة عليه وضع درجات محددة للاستجابات في ضوء إجراءات وتعليمات محددة مسبقا (C. P. Smith, 1992).

والنوع الثاني من الثبات المصطلح بالثبات جمع البيانات هو ثبات المفسر^(٢). وبناء لاهتمام ثبات التفسير عندما يكون هدف للمدرسين هو تفسير ما وراء سمات التي يقومون بجمعها لوصف الشخصية. وقد سبق أن لاحظنا بعض المشكلات في تعجزت عن تغير الأداء في دراسة مكنت لخدمات الإستراتيجية (OSS)، حيث كشفت الأساليب للتقدير عن اتعاق ضعيف، و ثبات محقق للتحقق. مع خلق سمات لفريق البحث أثناء سعة لتجنب من التبع من وراء جهود تفسير.

فيصبح ثبات التفسير في الغالب مشكلة عندما تتنوع وتتداخل البيانات العيادية. فإذا افترضنا أن مجموعة المشاهدات قد سجلت بأساليب مختلفة لنفس الفرد، فقد يؤدي ذلك بالباحثين العياديين إلى وضع تصورات مختلفة لشخصية المبحوث. الموضوع الآخر الذي تظهر فيه -غالبًا- مثل هذه المشكلات يبرز عند استخدام الاختبارات الإسقاطية، كاختبار بقع الحبر لرورشاخ. مثل هذا الاختبار على الرغم من إمكان حساب الدرجة عليه بدرجة ثابتة مقبولة، وعلى الرغم من إمكان الوصول -من خلاله- إلى وصف للشخصية، بدرجة مقبولة من ثبات التفسير (Exner, 1993)، فإن مستخدميه عندما تذهب تفسيراتهم للأداء بعيدًا عن القواعد الموضوعية للتفسير، فإنهم يخاطرون "بالثبات" مما يؤدي إلى ضعف ثبات التفسير. فالباحث لا يعطي حينئذ اهتمامًا كبيرًا بدرجة الاتساق في قياس الثبات، ولكنه يرغب -بدلاً من ذلك- في العمل معتمدًا على حسه الفني، وما لديه من مهارات الاستبصار، والإبداع (Lilienfeld, Wood & Grab, 2000).

باختصار، ترسخ مثل هذه الأشكال من الثبات أسس مبدأ القابلية للاستعادة المشاهدات التي تجمع عن الشخصية^(١) سواء اتصل هذا باستجابات المبحوثين، أو تعلق بتقديرات وتفسيرات المشاهدين. ويشكل دائماً ثبات المصححين والمفسرين جزءاً أساسياً من أهداف العلم. فكما سبق أن لاحظنا في الفصل الأول، يتجلى جوهر العلم في إمكان تكرار الملاحظات، وفحصها وقابليتها للاستعادة من قبل مشاهدين آخرين. فالعلم لا يعتمد على تعهد من الفاحص بالالتزام بكلمة شرف، أو افتراض أمانته أو اعتباره معصوماً من الخطأ. كما أن الواقع يبين لنا -سواء لاحظ أنه ليس أمراً نادراً أن تتركب أخطاء تتصل بالأمانة في التقدير، أو التحليل الإحصائي، أو فشل الفاحصين الآخرين في التوصل إلى النتائج نفسها التي خرجت بها إحدى الدراسات المنشورة.

ستعتمد درجة الثبات التي يتطلبها حدوث اتساق في استجابات المبحوث على

طبيعة حصلة الشخصية موضع القياس، وظروف قياسها. فعلى سبيل المثال، قد يتوقع المرء من قياسين للطول في مدينتين رمنيتين بينهما فاصل قصير أن يكشف عن درجة مرتفعة من الاتفاق، في حين لا يتوقع الأمر نفسه في حال إجراء قياسين ارتفاعيين عبر مرحلتين عمريتين يتراوحان بين سنتين وعشرين سنة. وعلى نحو مشابه، قد يتوقع المرء من قياسين للوزن أحرياً في ظروف متشابهة (قابلة للمقارنة) أن يكشف عن درجة مرتفعة من الاتفاق، في حين لا يتوقع الأمر نفسه عند إجراء قياسين لأداء لاعب رياضي تم أولهما قبل مشاركته في حدث رياضي، وتم ثانيهما بعد مشاركته في هذا الحدث.

فيما يتصل بقياسات الشخصية، قد نتوقع درجة مرتفعة من الاتفاق بين القياسات التي تجرى عبر مدينتين زمنيتين مختلفتين، أو في ظروف قياس متباينة — وذلك فقط في حالة افتراض أن الخصلة محل القياس ثابتة عبر الزمن، والمواقف. وفي معظم دراسات علم النفس، يميل علماء نفس الشخصية إلى افتراض عمومية الاستجابة عبر المواقف، في حين يؤكد علماء النفس المعرفيون والاجتماعيون أن الموقف أو السياق يعتمد على طبيعة وطائفة الشخصية. فيتوقع علماء نفس السمات درجة مرتفعة من الاتساق في السلوك عند قياس خصائل من قبيل الأمانة، والاجتماعية، والسيطرة، بالمقارنة بعلماء النفس المعرفيين الاجتماعيين. لذلك فإن لكل من هاتين الوجهتين من النظر تطبيقاتها المختلفة، فيما يتصل بأنماط اتساق الاستجابة، أو الثبات المتوقع والمطلوب، ومع ذلك يتفق كلا الفريقين على أهمية ثبات المشاهدين.

لقد أصبح لدينا الآن فرصة أكر لفهم مفهوم الثبات بطريقة أكثر عمقاً مما كان عليه الحال في الفصل الأول. وسوف نحاول اتباع نفس النهج فيما يتصل بمفهوم الصدق؛ فقد أشرنا في الفصل الأول إلى أن الصدق يُعنى بصواب القياس أو دقته، ومن ثم يتضمن مفهوم صدق الاختبار درجة الدقة التي نقيس بها ما ندعى بنا نفسه. وكما كان الحال في مفهوم الثبات، فهناك صمدر متباينة للصدق. ففي

الصدق التلازمي^(١)، تتم مطابقة الدرجة على الاختبار بما يقابلها على اختبار آخر. فعلى سبيل المثال، قد تتم مطابقة الدرجة على اختبار مختصر لأحد مفاهيم الشخصية بالدرجة على صورة أخرى لاختبار أطول مما يعطى الاختبار الأقصر مؤشراً للصدق التلازمي. وعلى نحو مشابه، الدرجة على أحد الاستخبارات قد تتم مطابقتها مع الدرجة المستمدة من إجراء مقابلة مطولة. وفي الواقع، تعد بطارية منيسوتا متعددة الأوجه MMPI - والتي تمثل أكثر استخبارات الشخصية استخداماً - جزءاً مشقاً بشكل متميز - يستخدم كبديل عنها، المقابلات التشخيصية للأمراض النفسية المطولة.

في الصدق التنبؤي^(٢)، يتم حساب درجة التطابق بين الدرجة على الاختبار وقياسات الأداء التي تحرى في مدد رمنية لاحقة للأداء الأول على سبيل المثال، يتوقع من مقياس للاستعداد الميكانيكي أن يتنبأ بمن ينجح في اجتياز برنامج تدريبي يتعلق بهذه الاستعدادات، ويتوقع من مقياس للاستعداد الفني أن يميز بين من لديهم قدرات فنية متميزة ومن ليس لديهم مثل هذه القدرات. وقد يتضح المعنى أكثر من المثالين الآتيين الأكثر اقتراباً من طرق البحث في الشخصية. فالتوقع من مقياس الحاجة إلى الإنجاز أن يتنبأ بنجاح رجال الأعمال، كما يتوقع من قياس سمة الوعي باستخدام مقياس مثل اختبار بطارية الشخصية (NEO-PI) أن يتنبأ بالأداء الوظيفي. وفي الجزء التالي من الفصل، سوف نهتم بموضوع الصدق التنبؤي بشكل أكثر تفصيلاً، وإلى أن يحين ذلك، فما يجدر ذكره الآن أن المراجعة لراهنة للتراث العلمي تكشف عن وجود دليل ضعيف على الصدق التنبؤي للاختبارات الإسقاطية مثل اختباري الروشاخ وتهم الموضوع (Lilienfeld, et al., 2000).

وإذا كان مفهوم الصدق التلازمي، والصدق التنبؤي، واضحين إلى حد كبير،

فإن النوع الثالث من الصدق يعد الأكثر تعقيداً والأكثر ارتباطاً - كذلك بالنظرية والبحث في الشخصية، ألا وهو **صدق التكوين** ^(١) (Campbell- fish, 1959, Cronbach & Meehl, 1955). ونهتم في صدق التكوين بجمع مؤشرات بحثية تدعم المفهوم أو التكوين النظري المتصل بالشخصية، وقياسه كذلك. وهذا النوع من الصدق شبيه من زوايا عديدة بجميع المؤشرات المستخدمة كداعمة للنظرية. بمعنى آخر هو يتضمن العملية المستمرة لصياغة الفروض واختبارها؛ مما نخرج به من نتائج عند إجراء بحث معين تكون داعمة للفروض، وهو ما ندعم به بالتالي - سواء مفهوم الشخصية، وطريقة قياسه. فإذا لم تدعم نتائج البحوث الواقعية الفروض، فإن هذا يشير إلى وجود مشكلة في تكوين المفهوم أو في أسلوب قياسه أو في كلا الأمرين.

قد يكون من الأفضل أن ننظر إلى مفهوم "صدق التكوين" في سياق أحد المشاريع البحثية الواقعية . فمثلاً لو افترضنا أننا بصدد سمة معينة، مثل أى من سمات الأبعاد الخمسة الأساسية للشخصية، والتي هي جزء من نموذج العوامل الخمسة للشخصية، وأنها استخدمنا مقياس الأبعاد الأساسية للشخصية (NEO-PI) لقياس هذه الأبعاد. إن المفهوم العام لهذه السمة، يتمثل في الأبعاد للنوعية للسمة، والامتحان المستخدم لقياس هذه الأبعاد، يمثل كل منها جزءاً أو قسماً معبراً عن هذا المفهوم (حيث تشكل الأبعاد معاً المفهوم العام للسمة). فإذا تراكمت دلائل أو مؤشرات بحثية واقعية داعمة لذلك، على نحو ما لوحظ في الفصل الثاني، عندئذ يكون هناك ما يدعم بقوة صدق هذه المفاهيم وما يقيسها. بمعنى آخر، تكون هناك درجة مرتفعة من صدق تكويبي. أما إذا لم تدعم نتائج البحث ذلك، عندئذ قد ينساع المرء عن المفهوم المعبر عن السمة، أو عن المقياس المستخدم لقياسها في الدراسة. ويطرح أنصار اتجاه النوع الموقفي للسلوك أسئلته عن مفهوم السمة ككل، بينما

نصبت تساؤلات الباحثين المتوقعين منهم لنور أكبر لسمة الانسلاطية مثلاً مقارنة بسمة الاجتماعية عن الطبيعة الحقيقية لأحد الأبعاد الأساسية للشخصية، وقد يسألون حول أى من المقاييس الفرعية لطارية الأبعاد الخمسة للشخصية (جنول ٢) تدرج فعلياً تحت الأبعاد النوعية للسمة موضع القياس. إن ما يجب الالتفات إليه هنا أن تطور الوصول إلى صدق التكوين للمقاييس يشبه أحياناً الطبيعة التراكمية للعلم، التي تتسم بأنها عملية تدرجية من تراكم للمؤشرات والدلائل أثناء اختبار الفروض، أو أثناء البحث عن جوانب النفع من قياس الشخصية. وتشابه العملية السابقة إذا كنا بصدد أى مفهوم آخر من مفاهيم الشخصية، ومختلف القياسات المختلفة المتاحة في التراث حول هذه المفاهيم سواء أكانت التفاضلية (lot)، أم الدافع للإنجاز أم قياس الحالات المترابطة، أم أسلوب العرو، أم (ASQ)..... وهكذا.

لتضح لنا الآن، لماذا يعد مفهوم الصدق أمراً شديداً الأهمية في مجال البحث في الشخصية. ومع ذلك هناك مشكلتان مرتبطتان ببعضيهما البعض، تدرزان عند دراسة هذا النوع من الصدق. المشكلة الأولى تبرز عندما يوجد مقياسان لنفس المفهوم ومع ذلك لا تتفق نتائج تطبيقهما مع بعضهما البعض. مثلاً، استخبار الحاجة إلى الإنجاز^(١)، ومقياس الدافع للإنجاز المعتمد على استخدام الخيال^(٢). لم يرتبطا مع بعضيهما بعضاً في قياس نفس المفهوم (koestner & McClelland, 1990) وبالمثل، توجد بعض الأسئلة حول أى المقاييس المتاحة لقياس التفاؤل^(٣) والتوافق ترتبط بعضهما بعضاً. أما ثانياً هذه المشكلات فتتعلق بوجود مفهومين مختلفين يشار إليهما إلى شيء واحد؛ فعلى سبيل المثال هل مفهوم التفاؤل يقابل مفهوم الوجدان السلبي أم يقابل مفهوم العصافية؟ أو إلى أى درجة يرتبط مفهوم الوجدان الإيجابي بالانيسطية؛ للتعامل مع هاتين المشكلتين نكون في حاجة شديدة لجمع

Need For Achievement (١)

Fantasy Measure (٢)

Optimism (٣)

الدلائل على كل من الصدق الائتقائي^(١) والصدق التمييزي^(٢) (فصل ١)، بمعنى آخر خلال عملية التحقق من الصدق التكويني لمفهوم معين، نكون في حاجة إلى التأكد من أن مقاييس هذا المفهوم ترتبط بمقاييس المفاهيم الأخرى المرتبطة به (الصدق الائتقائي) وفي الوقت نفسه لا ترتبط بمقاييس المفاهيم غير المرتبطة به (الصدق التمييزي).

من الواضح أن موضوع الصدق أمر معقد تماماً، وأل كل مقياس للشخصية يجب تقييمه منفرداً على نحو مستقل. وكما سبق أن لاحظنا فإن صدق الاختبارات الإسقاطية مثل الرورشاخ وتقيم الموضوع مثار تساؤل. مع أن القياسات التي يستخدم فيها تقيم الموضوع يبدو أنها مازالت مقبلة في بحوث الشخصية (Woike & Adams, 2001). إن ما يلقي اهتماماً أكثر هو الاهتمام المتزايد والمتصل بدرجة النفع من التقرير النفسي. واستجابة لذلك أنشأت رابطة علم النفس جماعة عمل لتقويم النفع العملي من التقدير في مجال الممارسة العيادية وعلينا أن نلاحظ أن الموضوع هنا يتصل بالنفع في مجال الممارسة العيادية وليس في المجال البحثي. إن الخلاصة التي تم التوصل إليها تتعلق بأن كثيراً من أدوات التقدير التي تشير إلى أن هناك ارتباطات ضعيفة فيما يتصل بالطواهر محل الاهتمام، وندراً ما تزيد عن ٠,٣٠، فإنها لا تزال مقيدة في مجال الممارسة. النقطة التي نثار هنا تتصل بأن كثيراً من التدخلات الطبية، مثل العلاج بمضادات ضغط الدم المرتفع، واستخدام الفياجرا لتحسين الوظائف الجنسية تعد مفيدة رغم ضعف ارتباطها (Meyer et al., 2001) بمعنى آخر، الاختبارات النفسية قد تكون مقيدة إذا كانت ارتباطاتها ضعيفة بالظاهرة محل الاهتمام. ومع أن الجهة راعية هذا البرنامج ومؤلفي التقرير لهم اهتمامات على وعى شديد بذلك، فإن التقرير لم يقدم

نوصية نسبر إلى أن الاختبار يمكن أن يعيد حتى عندما يكون متوسط الارتباطات ضعيفا. بالإضافة إلى ذلك كان التقرير مفيدا في الفائة الضوء على صعوبة تحقق ارتباطات أعلى من ٠.٣٠.

بعض الأسئلة المرتبطة بتقدير الشخصية

تقوم تقديرات الشخصية بدور مهم في مجال إدارة الأعمال، عندما نكور في حاجة إلى اتخاذ قرارات تتعلق بالتوظيف. وتقوم كذلك بدور مهم في المواقف الطبية عندما نكور بصدد اتخاذ قرارات بتصدر بالتشخيص والعلاج. ومع ذلك، مفركر هنا سبباً على سبب "التقدير" في بحوث الشخصية. فمع أن الأسئلة التي سنعرض لها ستكون في بعض الأوقات ذات علاقة بمواضيع تطبيقية، فإن الكثير الأساسي سيكون على ما ينصل منها بتغير الشخصية في بحوث الشخصية.

العلاقات القائمة بين التقديرات الذاتية وتقديرات المشاهدين

ما العلاقة بين التقديرات الذاتية وتقديرات المشاهدين؟ إن مراجعة البحوث التي عرضناها عبر فصول هذا الكتاب، تشير إلى أن الباحثين في مجال بحوث الشخصية أكثر استخداماً لبيانات التقارير الذاتية، حيث تستمد مثل هذه البيانات من "استجابات عن الاستخبارات ولكن قد تنقسم كذلك تقديرات للحالة المراجعة"، والذاكرة، والشكاوى الصحية، والأحلام، والأفكار. لقد لاحظنا أن الاهتمامات بعض علماء نفس شخصية ترتبط ببيانات التقارير الذاتية (Sdata) فاسار موراي - كما لاحظنا - إلى أن دراسات الأطفال لذواتهم لا تكون دقيقة، وهو ما يرجع إلى ضعف وعيهم بحالاتهم الداخلية، ولأنهم يستبقون في أكثرتهم عدداً من الأحداث المسطوية عنى عديد من المغالطات. ون كثير من الراسدين لا يكونون في وضع أفضل كثيراً من ذلك (Nisbett & Ross, 1980; Nisbett & Wilson, 1977) ومن

رواية أخرى مختلفة تماماً، طرح نيسبت Nisbett أسئلة حول كيف يستطيع المبحوثون الماهرزون تقديم تقرير عن عملياتهم العقلية؟ هل لديهم معلومات إضافية غير متاحة للمشاهد الخارجي؟ وإذا كان ذلك كذلك، كيف يستطيعون أن يقدموا هذه المعلومات لتكون متاحة للآخرين؟ لذلك، ولأسباب تركز على العمليات الدفاعية، وأيضاً على محدودية معرفة الأفراد بأنفسهم، فإن كثيراً من علماء النفس يطرحون أسئلة حاسمة تركز على صدى بيانات التقرير الذاتي (S-data) وترجمة الإجابة منها.

ما استجابة أولئك الذين يستخدمون بيانات التقرير الذاتي؟ يحاول البعض إثبات أن العبارات التي تصاغ بها الاستجابات يمكن أن تعامل كمصدر للبيانات دون التعامل مع العبارات على أنها دقيقة. بمعنى آخر إذا ما فهم الفرد تقريراً ذاتياً عن شكواه الصحية من خلال إجابته على استبيان معين، فإن هذا التقرير يكون مهماً بصرف النظر عن مدى مضاهاته للمرض الواقعي. وبدون اشتراط هذه المطابقة، فإننا نستطيع أن نحلق علاقة واقعية (إمبريكية) بين الاستجابة عن الصد وباقى الطواهر الأخرى الملاحظة. على سبيل المثال، التقارير الذاتية التي يقدمها شخص معين عن مشاعره تجاه الآخرين قد ترتبط بعدد من المشاهدات الأخرى. بصرف النظر عما إذا كان الأفراد الذين قدموا مثل هذه العبارات قد صاب منهم شكل مستقل أن يكرهوا على مشاعر الآخرين. في هذه الحالة، يمكن أن تعالج بيانات التقرير الذاتي كأي بيانات أخرى (مثل زمن الرجوع، أو الاستجابة الفسيولوجية). إن أهمية هذه التقارير تكمن في العلاقات التي يمكن أن تنشأ بين وبن غيرها من البيانات، أكثر من مدى صحتها أو دقتها في حد ذاتها.

تقترح وجهة النظر المبدئية لوجهة النظر الأولى، أن إجابات تقديم الأفراد لتقارير ذاتية دقيقة عن انفسهم يعتمد على ما يطلب منهم أن يقدموا عنه. هذه التقارير، فيمكن الأهل - سوف لهذا التصور أن يقدموا عموم مفردات عامة عن انفسهم إلا أن هذه المفردات خاصة وشخصية. ويصلح أحداث عامة - خاصة

المقابل، قد يفضلون في إصدار أحكام إجمالية تتطلب تحليلاً لعدد ضخم من المعلومات. على سبيل المثال، جادل باندورا (Bandura, 1986) في إثبات أن الأحكام المتصلة بكفاءة الذات تتصل بمهام نوعية، وفي الوقت نفسه، فإن ما يتعلق بكيفية تودي هذه المهام قد يكون مفيداً حتى إذا لم تكن هناك أحكام تتصل بالسمات الأكثر عمومية. وفيما يتصل بنقائذ استخدام بيانات التقارير الذاتية (s-data) الذين يحاولون إثبات وجود حيل دفاعية لدى الأفراد تنبؤ استجاباتهم (موراي) أو رأيهم في أن الأفراد يعجزون عن تقديم تقارير ذاتية عن عملياتهم المعرفية (نيسبت (Nsibett)، يسأل باندورا:

"نأى القومائل، ولتحقيق أى الأهداف، يمكن للعمليات المعرفية غير المشعور بها -التي نظم السلوك- أن تعاق عن الشعور تاركة الأفراد لعدد صحم من اللامتعلقات والأفكار غير ذات الصلة التي تضلل الشعور؟ فبينما لا يكون الأفراد على وعى كلى بكل مظاهر تفكيرهم، فإن تفكيرهم لا يكون بشكل كبير - لا شعورياً. فالأفراد بشكل عام يعرفون ما الذي يفكرون فيه (Bandura, 1986, pp.124,125).

يأتى دليل أكبر داعم لاستخدام بيانات التقرير الذاتي من قبل "فندر" (Funder, 2001, 1993) الذي أشار إلى وجود دليل قوى يدعم رأيه، بأن الأفراد يقدمون غالباً أحكاماً دقيقة تتصل بخصالهم للشخصية الذاتية. ورغم ذلك يطرح السؤال كيف للفرد أن يثبت صدق مثل هذه الأحكام؟ أحد المناحي التي تستخدم هنا، هي أن نسأل إذا كانت الأحكام الذاتية للفرد يمكن مضاهاتها بأحكام أفراد آخرين من بين الذين يعرفونه. وقد رأينا بالفعل في الفصل الثاني أن هناك دليلاً ذا دلالة احصائية يؤكد وجود مستوى مقبول في الاتفاق بين التقديرات الذاتية، والتقديرات التي تصدر عن الأقران أو شركاء الحياة على مقياس عوامل الشخصية الخمسة الكبرى. (McCrae & Costa, 1990; Riemann, Angleitner & Strelau, 2000). Wiese, Hubbard & Waston, 1997 وفي الوقت نفسه، من الواضح

أنه من السهل أن تطرح أحكام عن بعض خصال الشخصية أكثر من بعض الخصال الأخرى. أيضا من السهل أن تقدم أحكامها عن خصال شخصية معينة بالمقارنة ببعض الخصال الأخرى. ويبدو أن الأمر الأكثر حسماً هنا يتعلق بمشاهدة السلوك المرتبط بالخصال موضع الاهتمام (Funder & Dobroth, 1987) إن السمات التي تسهل مشاهدتها تلقى اتفاقاً أفضل من قبل الآخرين. على سبيل المثال، تلقى سمة الاجتماعية اتفاقاً أكبر نسبياً من قبل المشاهدين الخارجيين؛ لأن السلوكيات التي تحدد الانبساطية - التي تتضمن الاجتماعية - تكشف بشكل مباشر عن السلوك الاجتماعي. وفي المقابل، تلقى سمة العصاوية اتفاقاً أقل من قبل المشاهدين الخارجيين؛ لأن السلوكيات المعبرة عنها أقل وضوحاً. إن تعدد فرص ملاحظة السلوكيات المرتبطة بالسمة تيسر أيضاً من حدوث الاتفاق مع تقارير الآخرين عن الفرد.

ويرى المؤيدون لاستخدام مقاييس التقرير الذاتي أن الارتباطات الملحوظة تمثل أمراً جوهرياً، وأنها تقف كدليل على أن كل التنبؤات والتقارير الذاتية لأساليب مفيدة لقياس الشخصية، أو على الأقل هي أكثر وضوحاً وأقرب إلى الصدق منها إلى الخطأ (McCabe & Costa, 1990, p.38). ويخلص هؤلاء المؤيدون لاستخدام التقرير الذاتي إلى أن الأفراد الذين يقدمون تقديرات لوصف ذاتهم، حتى مع تباين السياقات، يكون لديهم جميعاً معرفة تزيد أو تنقص عن الشخص نفسه (Funder, Kolar & Blackman 1995) ومع ذلك فإن أولئك الذين يتساءلون عن الصدق، والفائدة من استخدام مقاييس التقرير الذاتي هم أشبه بمن ينظرون إلى النصف الفرغ من الكوب بدلاً من أن ينظروا إلى بضعه المملوء. فيركزون على جوانب الخطأ أكثر من تركيزهم على جوانب الصواب. وبالتالي يختلف ما ينشغل به هؤلاء وأولئك وفقاً لطريقتهم للمصوغ. فمن ينظرون إلى نصف الكوب المملوء يتركز ما يحاولون إثباته على قصداً من قليل مدى ما يظنونه من يعرفون الشخص جيداً من اتساق في تقاريرهم عن الشخص، مقارنة بالمشاهدين

محدودي الاتصال ببعض الشخص. وفي المقابل يرى من ينظرون إلى النصف الفارغ من الكوب أن مثل هذا التحس في الاتفاق قد تأتي نفعه انعكاساً لتعدد فرص الملاحظة من قبل المحتكين بالفرد، أو انعكاساً للنقاش، والمحاظب اللفظي المباشر بين الشخص والمعرفين معه، والذين هم على معرفة شخصية به. بالإضافة إلى ذلك، يقترح هؤلاء الباحثون أن درجة الاتفاق بين المقربين الذين يعرفون الشخص بتعاليم معه في سياق محبته تكون أقل من درجة اتفاق المسرين الذين يعرفونه بتعاليم معه في السياق نفسه، لذلك يرون أن المقربين -من الفئة الأولى- بمثابة من لا يعرف نفس الشخص (Pervin, 2002).

إن الفصية التي يمكن أن تلقى عليها المزيد من الضوء، قد تتضح بتناولنا العلاقة بين "التقدير الذاتي المقدم من قبل الفرد" و"التقدير المقدم من شريك حياته". فعندما نقرر مثل هذه التقديرات ببعضها بعضاً، فإن ما يكشف عنه الاتفاق أو الاختلاف بين هذه التقديرات يمثل أمراً غاية في الشويق. دعونا نستعرض هنا ما كشفت عنه التقديرات التي قدمها روج وروجة لينود مقياس NEO-PI (Pervin, 2001) & John. فقد كشفت البيانات المسجلة من إحدى الدراسات الواقعية أن كلا من الزوج والزوجة، قد كشفت عن اتفاق كبير على الدرجة الكلية للمقياس، واتفاقاً نسبياً على أربعة من العوالم الخمسة للشخصية. حيث اتفق الزوجان على أن السمة البارزة في الزوج (المبحوث الرئيسي) هي الانبساطية، أما سمة السماحة، فهي أقل بروزاً (وإن كل الزوج، قل إقراراً بوجود هذه السمة لديه مما سارت إليه زوجته). وقد اتفق الزوجان على تقدير الزوج بأنه متوسط على سمة الانفتاح على الحرية، وأنه يحصل على درجة متوسط أو مرتفعة قليلاً على مقياس بقطعة الصمير. ومع ذلك، ظهر فرق ملحوظ بين الزوجين فيما يتعلق بتقدير درجة العصائية، ففي حين رأى الزوج نفسه مرتفعاً جداً على العصائية، رأى زوجته منخفضة على هذه السمة. إذًا تأمل ما بعده تعديرات كل من الزوجين نجد أن من حصلوا على الدرجات بنى ذكرها لروح على مقياس السمات الخمس الأساسية (NEO-PI) تشير إلى

"أن درجات الأفراد الذين يقعون في هذا المدى من العصابية يكونون عرصة لآل يعانون من مستوى مرتفع من الانفعال السلبي، والمظاهر المتكررة من الكرب النفسي، وأنهم يكونون ذوي مراجع خاص، وحساسين بدرجة كبيرة، وغير راضين عن كثير من جوانب حياتهم". أما تقرير الأداء على مقياس NEO-PI سمات الشخصية الخمس وفقاً لتقديرات الزوجة لحالة زوجها، فيشير إلى "أن درجات الأفراد الذين يقعون في هذا المدى من العصابية يكونون -على المستوى الانفعالي- جيّدي التكيف، وبأدراك ما يعانون من نوبات الكرب النفسي، وهم ليسوا حساسين، أو متقلبي المزاج، وشكواهم من الحياة قليلة". وتشير الدرجات الظاهرية -على هذا النحو- إلى أن الزوجة تقرر خصال زوجها بوصفه منخفضاً على كل محور من مكونات العصابية مقارنة بتقديره هو نفسه لنفسه. فهل يرجع هذا إلى أنه يعرف بعض الأشياء عن متاعره لا تعرفها زوجته عنه؟ أم يتفق هذا مع النتائج التي سبق أن أشرنا إليها مبكراً عن أن الاتفاق في تقدير السمات يكون أكبر مع السمات الأكثر قابلية للمشاهدة مثل الانسلاطية، وبكوار أقل مع السمات الأقل قابلية للمشاهدة مثل العصابية؟ أم يرجع هذا إلى استخدام الباحث لمقاييس مختلفة لقياس العصابية ولقياس ما يرتبط بها من مشاعر مثل القلق، والاكتئاب، والعداية؟ وفي ضوء هذه البيانات نجد أنه من الصعب تقدير أي الاحتمالات أو التفسيرات السابقة هو الأقرب إلى الصواب لتوضيح هذه التباينات. في أي من هذه الحالات يُترك للفرد مهمة تقويم مستوى الاتفاق بين التقديرين. وبصبح هنا بين أمرين: هل ينظر إلى نصف الكوب المملوء، فننظر إلى المستوى العام للاتفاق بين طريقتي التقدير؟ أم نرى نصف الكوب الفارغ نتيجة الفروق الكبيرة في التقدير، وعدم الاتفاق حول المكون الرئيسي للحياة لنفسه الداخلية المحددة لشخصية المحو؟ ماذا يقول المحو وزوجه إن قدمت لهما هذه الدرجات في شكلها الحالي؟ هل سيعد هذا منعاً للسام بينهما أم سعتاً لإزالة المشكلات سعة لسوء فهم كل منهما للآخر؟

في ضوء ما سبق، مما يمكن أن يقال عن صق التقارير السابقة وهي أن

حد يعرف الأفراد أنفسهم؟ وإلى أى مدى يحدث تشوش فى قدرتهم على التذكر، كما يذكر موراي؟ وفى معرفتهم بحالاتهم الداخلية؟ بالإضافة إلى ذلك، إذا كان بعض الأفراد ذوى قدرة مرتفعة على تقدير ذواتهم هل يمكننا أن نميز بين الأفراد من هذا المنظور؟ وإذا كانت بعض السمات يمكن تقديرها بدرجة أكثر من الدقة، فهل نحن فى موضع يسمح لنا بمعرفة أى السمات تزداد فرص النجاح فى تقديم تقرير دلتى دقيق عنها؟. علاوة على ذلك، إذا كنا مهتمين بالتقدير العام للشخصية، ما حجم الأهمية التى يمكن أن نوليها -عند وصف شخصية الفرد- لدقة التقرير الذاتى؟ وما حجم التشويه المحتمل فى هذا التقرير؟ هذه عدة أسئلة معقدة، ليس لدينا الآن إجابات واضحة عنها. فجزء من الإجابة يعتمد على كيف يقرأ الباحث البيانات، وجزء منها يتعلق بجوانب الشخصية موضع اهتمامه. معظم باحثي الشخصية يوافقون على الشروط المحددة لاستخدام بيانات التقرير الذاتى، وهى الشروط التى تتعلق بمدى صدق البيانات المستخدمة، وهل نحن بصدد بيانات مرتفعة الصدق أم بصدد بيانات محل استقهام. من ناحية أخرى، تترك هذه الفروق -فى النظرة إلى بيانات التقارير الذاتية- منطقة رمادية محتملة من عدم الاتفاق، وهى المنطقة التى يسر داخلها بعض الباحثين بكثير من الارتياح عند استخدام بيانات التقارير الذاتية. وعلى أية حال، إن الأكثر احتمالاً أن كل علماء نفس الشخصية يتفقون مع فندر فيما يذهب إليه. فهو يرى: "إنه من الحقائق المهمة التى ترسخت لدى علماء نفس الشخصية هو سعيهم لتأمل ما وراء إجابات المحوئين على الاستخبارات" (p.213).

إمكان الخداع أو التزييف^(١)

إلى أى حد يمكن للسحوث أن يضلل -عن قصد- القائم بالتقدير، أو يعطى صورة رائفة عن شخصيته؟ هذا السؤال ليس مستقلاً عن السؤال السابق؛ فقد

اطوى السؤال الأول على مسلمة ضمنية تؤكد أن المبحوث يحاول أن يعطى تقريراً دقيقاً عن ذاته (و قد يفشل في ذلك لأسباب خارجة عن إرادته)، أما ما فيركز السؤال حول السعى إلى التشويه العمدي للاستجابات أو إعطاء صورة رائقة عن الشخصية. إن هذا الموضوع يتعلق بالأهمية الملحوظة التي ارسططت بتطبيقات تقديرات الشخصية في الأونة الأخيرة. حيث يضطر -مثلاً- المرشح للانتحاق بمنصب معين (أو شغل مركز ما) إلى تقديم نفسه بصورة محبة. أو قد يكون الفرد -في المقابل- توافاً إلى تقديم صورة غير محبة عن نفسه لسبب ما، لكي يؤجل مثلاً الخدمة العسكرية، أو لكي يحصل على مميزات معينة إذا ما شُخص على أنه مريض نفسى. أتذكر هنا المرة التى طلب منى فيها ابنى أن أخبره كيف يجيب على أسئلة اختبارات مقاييس الشخصية التى ستقدم له خلال المقابلة التى ستعقد لاختيار المرشحين لإحدى الوظائف، عندما عاد إلى المنزل وسألنى عن رأيي إذا كان قد أجاب عن بعض الأسئلة بالطريقة التى تعطى عنه انطباعاً محبباً أو صورة مفضلة، فنصحته أن يجيب على مثل هذه الاستخبارات -دائماً- بشكل صدق وموضوعي لأسباب عديدة، كان إحداها أنه سوف يصبح باحتصار واضحاً وصادقاً أمام لجنة الاختيار.

ومع أن مشكلة التقدير المعنوي به هذا الحراء، مرتبطة بشكل خاص بمواقف التطبيق، فإن لها ارتباطاتها أيضاً بمجال البحث في الشخصية. فنحن نفترض - عادة- في أساساً صدق مبحوثنا، وموضوعيتهم، وتعاونهم. وليسب ما، هناك دلائل تشير إلى أن بعض المبحوثين -فى بعض المواقف- يتأملون بشكل متعمد - أو بشكل غير متعمد- فروض البحث، ويحاولون عندئذ تقديم بيانات مؤيدة لما يرغب أن يجده لديهم، ليصبحوا في نظره مبحوثين جيدين، أو على مستوى رفيع من العلم والمعرفة (Orne, 1962)، في مقابل ذلك، نمثنا خبرتنا الواقعية بمواقف أخرى، يكون فيها المبحوثون -أحياناً- وشكل عمدي، غير متعاونين، وغير صادقين، كما قد نجدهم شديدي السام، وغير مكترئين لما نطلبه منهم.

ماذا يفعل علماء النفس المعنيون بتعديل الشخصية في مثل هذه المشكلة؟ إن بعضهم يحاول أن يتحقق من درجة الصدق في إجابات المبحوث وحجم اهتمامه. ويمكن أن تلمس ذلك في مقياس مينسوتا متعدد الأوجه MMPI، ذلك المقياس الذي ينظر إليه - منذ وقت مكر - بوصفه أكثر مقاييس الشخصية الموضوعية استخداماً. فقد دامت الصورة الأولى له في الأربعينيات، لاستخدامه في التمييز بين الأفراد فيما يتصل بعدد متنوع من الأمراض الطب نفسية. وطوال هذا الوقت، استخدم المقياس بشكل متكرر كأساس لتطوير عدد كبير ومتنوع من مقاييس الشخصية. ويتكون مقياس مينسوتا متعدد الأوجه من عشرة مقاييس عبادية، ترتبط بعدد متنوع من انشحيصات المرضية النفسية، بالإضافة إلى ثلاثة مقاييس للصدق. وتتصل مقاييس الصدق الثلاثة الأخيرة بالموضوع محل اهتمامنا هنا. فتهدف هذه المقاييس إلى فحص ما إذا كان المبحوث صادقاً فيما يذكره أم كاذباً، هل يستجيب بطريقة دفاعية أم بطريقة تتطوى على عدم الكثرات أو اهتمام. وهذا هو النسب الجزى وراء مبيحتى لابينى أن يجيب على استخبار التوظيف بشكل صادق. فتكون غالباً مقاييس الصدق جزءاً من أداة القياس، وتلقى هذه المقاييس الصوء على الأفراد الداعين إلى تقديم أنفسهم بصورة محببة أو غير محببة، على نحو مخالف للحقيقة.

ماذا تكشف مثل هذه المقاييس؟ بافتراض أنك أجبت بالصواب أو الخطأ عن أسئلة، مثل: "أصبح أحياناً غاضباً"، "أرى أشياء، وحيوانات، وأشخاصاً من حولي، لا يرها غيرى من البشر"، "في بعض الأوقات، أسمع برعية في السب"، إن الأفر الذين يحاولون الظهور "بمظهر جيد زائف"، يجيبون عن أسئلة استخبارات الشخصية بحريفة غير شائعة إحصائياً، حتى يبدو أنهم يذكرون دنما الحقيقة، فليس لديهم مشاعر سلبية، ويتصرفون بطريقة خاصة، ومدمرة مقارنة بما يفعلوه آخرون. أما الذين يحاولون أن يظهرُوا "بمظهر سيئ زائف" على استخبارات شخصية، فيجيبون عن الأسئلة -أيضاً- بطريقة غير شائعة إحصائية، ولكن

يؤيّد شيوخنا أبي قلنا في تشخيصهم حتّى يمرض نفسى بوعى. إن هؤلاء الأفراد يبدو أنهم يقتنون أنفسهم عن قصد بطريقة غير معتادة، أو منحرفة في صنفها الآخر. الدواعي حذرون في إجاباتهم، ويكررون مظاهر عدم السراء الشائعة. وهؤلاء الأفراد ينظر إليهم غالبا بوصفهم حريصين على حماية صورتهم عن ذواتهم حتّى أمام أنفسهم، وهما يفعلون كذلك من يريدون أن يظهروا مظهر جيد، حيث يقسمون صورة سنّك عن أنفسهم بشكل واع. وأخيرا، إن المحييين بشكل غير مكثرت- يمكن اكتشافهم من خلال حساب تكرارات إجاباتهم عن البنود نفسها. والنظر فيما إذا كانت هذه الإجابات غير متسقة أو غير ثابتة

إن استخدام مثل هذه المقاييس لتقدير الصدق في بدايات ظهور مقيس ميسوريا للسخصيه متحد الأوجه، كن إنجازا ملحوظا. وقد افقت أيضا بطاريات أخرى للسخصيه طرقا مشابهة لتحديد إذا كانت إجابات المبحوثين تتم بطريقة صادقة وتتطوى على اهتمام وعناية أم لا، على سبيل المثال، تضمنت بطارية كاليغوريا للسخصيه (CPI)، (Gough, 1987) وهي البطارية الشائع استخدامها ليس خصال السخصيه السوية- مقاييس لقياس ما إذا كان الشخص يحاول أن يخلق عن نفسه انطباعا حيا (لنظائر الزائت بأنه شخص جيد)، أو يحاول أن يبالغ (لنظائر الزائت بأنه شخص سيئ)، أو يستجيب بعدم اكثرت. وإن كن هذا هو الحال بالنسبة للبطاريين السابقين، فإن بعض بطاريات السخصيه الأخرى لا تتضمن مثل هذه المقاييس. أما بطارية سمات السخصيه الحمسه (NEO-PI) فنصص بنا واحدا في نهاية البطارية، يسأل المبحوث إذا كانوا قد أجابوا عن الأسئلة مسبقا. وإذا لم لا، وينظر عندئذ إلى الاستجابه المسبقة على أنها تشير إلى عدم صدق الإجابة عن الاستخسر، في حين لا يلتفت إلى الاستجابه الإيجابية بالطريقة نفسها (Costa & McCare, 1985). ويستخدم هذا بكنز الاستجابه نفسها لقياس مدى الاستجابه بعدم اكثرت. ومع كن ذلك يظل هناك افتراض بأن الأشخاص يستجابهون بشكل صدق في كل وقت، وهذا هو الافتراض الذي

السؤال الاختياري بشكل خاص، للتحقق من كفاءة استخدامه في المواقف التطبيقية (Hess,1992; Widiger,1992).

ولا تعرف مدى تأثير "مشكلة الاستجابة المضللة" على كفاءة استخبارات الشخصية. فيقتصر أن تأثير هذه المشكلة في مواقف البحث أقل وضوحاً عما هو في المواقف التطبيقية، ولكن مدى الإقرار بحقيقة وجود هذه المشكلة في المواقف البحثية لا يزال أمراً غير محدد. أما الأمر الأكثر حلا، والذي تكشف عنه استجابات المبحوثين على المقاييس في اتجاه تحسين صورة الذات "التزييف الإيجابي"^(١) أو اتجاه إساءة صورة الذات "التزييف السلبي"^(٢) فهو محاولة المبحوثين بشكل عمدي- أن يشوهوا الصورة التي يقدمونها عن أنفسهم، تلك الصورة التي تستمد أساساً من بيانات التقارير الذاتية.

علاقة الخيال بالسلوك: علاقة المقاييس الصريحة بالمقاييس الضمنية
ما علاقة مقاييس الخيال (أي المعتمدة على الخيال للإجابة عنها) بالسلوك؟ سنركز هنا على مقاييس الشخصية التي صُممت لتتقلب -جزئياً- على المشكلات المُشار إليها في الماقنة السابقة. على سبيل المثال، أشار موراى إلى أن اختبار تفهم الموضوع هو جزء من "المحاولات المندولة للكشف عن الميول الخافية (المكبوة) وغير المشعور بها (المكبوة جزئياً) لدى الأشخاص الأسوياء (1983, p529) ومع أن بعض الباحثين العياديين استخدموا أساليب منظمة لحساب الدرجة، لاشتقاق مقاييس للحاجات والدوافع الفردية المستمدة من اختبار تفهم الموضوع، فإن معظم تفسيرات القصص التي يضمها المقياس تمت بطريقة تعتمد على التقدير الكلي ذي الطابع الذاتي. وعندما استخدمت المقاييس الخيالية وطورت لتحقيق أغراض بحثية، وجهت عناية أكثر لوضع أساليب منظمة لحساب الدرجة، وتحقيق مصداقية أكبر للقياسات المشتقة من الاختبار (Smit.P.C.,1992).

(١) Fake Good

(٢) Fake Bad

لقد سبق أن ناقشنا في الفصل الرابع، استخدام المقاييس المعتمدة على الخيال (كالاستجابة على بطاقات احسبار تعهم الموضوع) خلال استعراضنا للدراسة التي اهتمت بالدافع للإنجاز. هذه الدراسة بدأت فعلا بجهود تهدف إلى تغيير المضمون الخيالي تحريبيًا (Atkinson & McClelland, 1948) والبحارة في القاعدة البحرية الذين ظلوا بدون طعام لمدة متباعدة من الوقت (ساعة، ٤ ساعات، ١٦ ساعة) قُدمت إليهم صور وبطاقات ليكتبوا في صونها قصصا عن أنفسهم. وتم تقويم الدرجات على القصص -بعدئذ- في ضوء فئات متنوعة من الاستجابات، تعكس ظروف الحرمان من الطعام وارتباطها بما يقدمه المبحوثون من تصورات، ومر ثم صححت الاستجابات وفقًا لما تتضمنه من: مواضيع تتعلق بالحرمان من الطعام، أو عبارات تشير إلى الرغبة في تناول الطعام، وهكذا. وقدرت الدرجة الكلية للرغبة في الطعام في كل قصة، وحسبت درجة كلية أخرى لمجمل القصص وذلك لكل مبحوث على حدة. وقد أوصحت النتائج وجود ارتباط قوى بين مدد الحرمان من الطعام، ومقدار الحاجة إليه المُعبر عنه في القصص. فوجدت علاقة بىر شدة الحاجة كما تتحدد من خلال الساعات المفضية بدون تناول الطعام- وحجم التصورات المعبرة عن "الحاجة إلى الطعام"، وهو ما أوحى بأن مضمون الاستجابات الخيالية المنتجة قد يستخدم كمقياس لشدة الدافع.

وباستخدام هذا البحث كنقطة انطلاق، بدأ ماكيلاند وزملاؤه في وضع مقياس لأحد الدوافع، وهو الدافع إلى الإنجاز (McClelland, 1961; McClelland, 1953). وقد ارتكز الأساس النظرى لهذا الدافع على فكرة التأثير الإيجابي للأداء الناجح عندما يستثار الفرد ليحقق معايير الامتياز. اعتمد التصميم الذى استخدم لوضع مقياس الحاجة إلى الإنجاز (واختصاره بالانجليزية n Ach) على التناول التجريبي لمستوى الدافع للإنجاز لدى مجموعتين من المبحوثين، ثم تقدير العروق بينهما -بعد ذلك- في الاستجابات الخيالية. احدى المجموعتين استثير دافع أفرادها إلى الانجاز من خلال إخبارهم بأن المقاييس

المقدمة إليهم هدفها تقدير الذكاء في علاقته بقدرات القيادة. وكجزء من الجهود اللاحقة لزيادة مستوى الدافع للإنجاز، أُجبر المبحوثون بعد أدائهم أحد الاختبارات المقدمة إليهم بأن أداءهم كان سيئاً. وقد أُطلق على هذه المجموعة "مجموعة الفشل"^(١)؛ حيث توقع الباحثون أن يكون دافعها للإنجاز مرتفعاً (لتعرضها لحبرة الفشل المصطنعة) المجموعة الثانية، التي أُطلق عليها اسم "المجموعة المسترخية"^(٢) أُخبرت بأن الاختبارات التي يجيبون عنها تستخدم لأغراض إرتقائية. وبعد أن نلت عددًا من الاختبارات الأخرى، طلب من أفرادها أن يكتبوا بشكل مختصر خمس قصص -في حدود ٥ دقائق لكل واحدة منها- استجابة لسلسلة من الصور، وأنشئ أحد بعضها من اختبار تفهم الموضوع، وبعضها الآخر صمم خصيصاً لقياس هذا الدافع (انظر الفصل الرابع). وكما هي الحال في جيب الحاجة إلى الطعام، وجد أن القصص المكتوبة في ظل ظروف استثارة الدافع إلى الإنجاز اختلفت بشكل دال عن تلك المكتوبة في ظل ظروف الاسترخاء. القصص التي كتبت في ظل ظروف الاستثارة^(٣) انطوت على كثير من التصورات للإنجاز (فتناولت بعض القصص كيف يمكن تحقيق النجاح في منافسة لبلوغ معايير الالتمياز. وتناولت قصص أخرى سلوك الفنانين واساليبهم للوصول إلى النجاح، والثالثة دارت حول المشاعر الإيجابية المرتبطة بالنجاح) واتاح هذا التصميم إمكانيات وصع "مخطط" لحساب الدرجات لقياس الدافع الفردي للإنجاز لدى الأفراد. بمعنى آخر، أمكن صياغة مفهوم أو تكوين شخصي "وهو الدافع للإنجاز، ووضع لقياسه مقبوس يعتمد على استخدام الخيال.

وأعقب الجهود السابقة، وضع متروك بحثي حطط له لينفذ عبر عدة سنوات، ومثل واحد من أكثر جهود علماء نفس التحصيل طموحاً. وقد ندين من الدراسات

Failure Group ("")
 Relaxed Group ("")
 Aroused Condition ("")

التي أحرقت في إطار هذا المشروع، أن الأفراد المرتفعين في الدافع للإنجاز قد أدوا أفضل من المنخفضين على هذا الدافع، وذلك على مدى متنوع من المهام، كما تبين أن المجتمعات ذات الدافعية المرتفعة للإنجاز أظهرت مستوى أعلى في الإنتاجية والنمو الاقتصادي من المجتمعات المنخفضة على هذا الدافع. (Kostner & McClland, 1990) درست -كذلك- دوافع أخرى مثل دافع القوة^(١)، ودافع الانتماء^(٢)، وتبذل الدليل الذي قُدم على أهمية هذه الدوافع في افتراض أن مستوى مثل هذه الدوافع يمكن أن يقوم دور مهم في أحداث الحدة^(٣). على منبيل المثال، تبين أن مستوى ما لدى الأفراد من دوافع للقوة والانتماء يمكن أن يؤثر في توقع نشوب الحروب أو تحقيق السلام. (Winter, 1992) وحديثاً جداً، وضع ماله أثمر (McAdams, 1992) مقبساً يعتمد على الخيال لقياس الدافع إلى لمودة^(٤)، والذي عرفه بأنه تفضيل متكرر، أو رغبة في المرور بخبرات دافئة، وحميمية، والسعى للتفاعل والتواصل مع الأشخاص الآخرين (الفصل الرابع)، والمبحوثون المرتفعون في الدافع إلى المودة، كما يقاس من خلال الدرجات على القصص المتخيلة، قُدموا من خلال الأقران بأنهم أكثر إخلاصاً ومودة، وأقل سيطرة من المبحوثين المنخفضين على الدافعية للمودة. وأظهر -أيضاً- المبحوثون المرتفعون على اندفاعهم للمودة درجة مرتفعة من التخطيب بالخير، والميل للاهتمام والضحك أثناء المحدثات التنايية التي تتم بين فرد وآخر، وذلك مقارنة بالمنخفضين على هذا الدافع.

أثير خلال ما سبق جدل واسع -استمر لبعض الوقت- ركز على العلاقة بين الخيال والسلوك. فكان من الواضح -في ظل ما كشفت عنه الحوث- أن الخيال

Power Motive (١)

30 Affiliation Motive (٢)

End Event (٣)

1. Warmth Motive (٤)

بغير غالباً عن الدافع المرغوب التعبير عنه سلوكياً في ظل الظروف المواتية. ومن الصحيح كذلك أن الأفراد يكون لديهم غالباً خيالات لا يتم التعبير عنها سلوكياً مثل الخيالات العائنية^(١)، والخيالات الحنسية^(٢). وتشير بحوث العوان الحنسي التصوري^(٣) إلى أن وجود مثل هذه الخيالات يعد من عوامل الخطر^(٤)، ولكن أن يترتب عليها -أو لا يترتب- سلوك عدواني أو جنسي، فإن هذا يعتمد على عوامل أخرى عديدة (Dean & Malamuth, 1997).

يبين ما سبق، أن الخيال يرتبط بالسلوك المشاهد بعلاقة معقدة. ولكن يثار السؤال هنا حول طبيعة العلاقة بين مقاييس التحيل، ومقاييس التقرير الذاتي؟ هل هما متطابقان أم يعبران عن شيئين مختلفين؟ يدافع ماكلياند بقوة ويؤكد (McClelland, 1980, McClellan, Costner & Weinberger, 1989) أن مقاييس التقرير الذاتي ومقاييس التحيل نمطان مختلفان من المقاييس، ولكل منهما علاقاته المختلفة بالسلوك. فيشير إلى أن استخبارات التقرير الذاتي تقيس شيئاً أقرب إلى القيمة^(٥) منه إلى الدافع. لذلك فإنه على الرغم من الآثار التي تذهب إلى أن الدرجات على مقاييس التقرير الذاتي والدرجات على مقاييس التحيل ترتبط بالسلوك، فإن درجات الدافعية المستمدة من مقاييس التحيل -في رأي ماكلياند- تكشف عن علاقات أفضل بالسلوك طوال الوقت في ظل الظروف غير المقيدة، وتمثل منيات أفضل بالسلوك حتى في غياب المدعمات الاجتماعية^(٦). وكما اتضح لنا من فروق في الوظائف المرتبطة بالأداء على كلا النمطين من المقاييس، فإن الأفراد المرتفعين على مقياس التحيل للدافعية للإيجار، سوف يكشفون عن درجات منخفضة على المهام التي تتطلب تحدياً. وإر كانوا لا يكشفون عن ذلك بنفس القوة

Hostile Fantasies (١)

Sexual Fantasies (٢)

Imagined Sexual Aggression (٣)

Risk Factor (٤)

Value (٥)

Social Reinforces (٦)

عند الأداء على المهام "السهلة"، أو المهام "شديدة الصعوبة بصورة أكثر مما ينبغي"، بمعنى آخر؛ فإن هذه المقاييس حساسة في رصدها لجوانب التحدى في الموقف. وعلى النقيض من ذلك، فإن مقاييس التقرير الذاتى للدافعية للإيجار لا تكشف عن مثل هذه الحساسية لجوانب التحدى المرتبط بالمهمة (Costner & McClland, 1990).

باختصار، للإجابة عن السؤال المطروح فى هذه الفقرة، يوجد دليل واضح على أنه يمكن أن تستمد مقاييس موضوعية للدوافع من مادة خيالية. ويمكن إثبات أن هذه المقاييس ترتبط بالجوانب المهمة من أداء الشخصية. وفى الوقت نفسه من الواضح أن للخيال علاقة معقدة بالسلوك والدوافع التى يعبر عنها فقط فى ظل ظروف معينة. ويصير الخيالات لا يعبر عنها مطلقاً من خلال السلوك. يضاف إلى هذا أنه من الواضح وجود حاجة الى التمييز بين مقاييس التقرير الذاتى، ومقاييس التخيل. حتى فى ظل استخدام المصطلح نفسه، فإن الدليل يوحى بأنها -على الأقل- تشير إلى أن نوعي المقاييس ينطويان على باءات فرضية مختلفة.

ما العلاقة بين المقاييس الضمنية^(١) والمقاييس الصريحة^(٢)؟ كما لاحظنا عند مناقشة مفهوم اللاشعور (فصل ٧) فإن الأفراد قد تتفاوت درجة وعيهم بالاعتقادات التى يتبنونها، وروود أفعالهم الانفعالية. علاوة على ذلك كما نلاحظ عند مناقشة مفهوم الذات (فصل ٨)، إن ما يكونه الأفراد من تصورات مشعور بها تجاه الذات تختلف عن تلك التى يكونونها بشكل غير مشعور به؛ فالأفراد قد يتبنون صوراً إيجابية عن الذات على نحو راعٍ ولكن بشكل غير راعٍ قد يكون لديهم تقدير منخفض للذات. فتقر المقاييس الصريحة على الجوانب الشعورية فى وظائف الشخصية، فى حين تلمس المقاييس الضمنية الجوانب اللاشعورية (Greenwald & Banaji, 1995). هل فى ظل تلك يعد نوعا المقاس متعقبن؟ كما اقترحنا بالفعل. هناك دليل واضح على أن

مقاييس انصريحة (مقاييس التقرير الذاتي) لا تنعق. انما مع المقاييس انصريحة (Mald & Rudman, Greenw Ghee, 2000). لا يعنى بالضرورة ان احدهما اكثر صواب من الآخر في تقدير الشخص، أو أن احدهما مقياس أفضل لاعتقادات والاتجاهات من الآخر، وبذلك من ذلك، فإنها تشير إلى أن الاثنين مختلفان، وأن المقاييس انصريحة ولانصريحة قد ترتبط بطرق مختلفة متغيرات أخرى تتصل بالانتماء. وبذلك كما هذا صحيحا فيما يتصل بمقاييس التقرير الذاتي ومقاييس التحمل، فإنه مثبتت لكون صحيحا فيما ينصل بالمقاييس الانصريحة والانصريحة. ولأن الشخصية معقدة، فمن يحسن كبر حاهزين للتقدير المظاهر المتعددة والمسئوليات المتعددة من وظائف الشخصية للوصول إلى صورة مكتملة عن الشخص.

النتفج العملى والقدره على التنبؤ

م حجم التنبؤ الذى يضمه مقاييس الشخصية؟ هل تقى مقاييس الشخصية فى التنبؤ بالسلوك؟ كما سبق ولاحظنا فى الأجزاء المنكرة من هذا الفصل، مثل التصق التنبؤى أحد صور التحقق من صدق مقاييس الشخصية. ومن الواضح أنه يمكن أن نتكشف جنباً العلاقات بين الفروق الفردية التى تكشف عنها مقاييس الشخصية، ولعروف فى الوظائف المؤداة فى المواقف المتنوعة. وبكشف كل فصل من فصول هذا الكتاب -فعلى- عن أن الأفراد المتباينين فى بعض خصائص الشخصية، يختلفون فى حوسب حرى من سلوكهم عند قياسها بوسائل أخرى مستقلة. ولكن. يقول بأن هناك فروق فردية فيما ينصل بالشخصية، يختلف عن القول بأن لدينا مقاييسنا للشخصية وعلى هذا صنفى تنبؤى قوى. إن ما أسفرت عنه نتائج تقرير مكب التحذبات الاستراتيجيه يقدم لنا سببا معقولاً للتوقف عند هذه النقطة مثلاً. وفى الوقت نفسه كما سبق ولاحظنا من انصعب أن نطرح هذا السؤال بصورته العامة فقد تكون بعض مقاييس الشخصية أكثر تنبؤاً من بعضها الآخر وقد يكون بعضها عائدة أكثر فى بعض الاعراض من بعضها الآخر.

جدول (١٢-٣٠)

صدق بناءات الشخصية في إطار محك الكفاءة الوظيفية

هذه الارتباطات لبناءات الشخصية - السمات مع قياسات الأداء الوظيفي تقتصر
أن لتنبؤ بالأداء مهمة صعبة. بالإضافة إلى الارتباطات الشخصية عمومًا، بعض
قياسات الشخصية يرتبط بشكل مختلف بالأداء في مختلف الوظائف

الكفاءة الوظيفية					
المديرين والوسطى المنعزلون			العاملين في رعاية المسنين		
بناءات الشخصية	عدد	حجم العينة	متوسط الارتباطات	عدد الارتباطات	حجم العينة
الذكاء	-	-	-	١	١٠
السلطة	٦٧	١٠,٠٨٠	٠,١٨	١٧	٥٠
القدرة	٦	٤٤٥	٠,١٦	١	٦٥
القدرة على التكيف	٢٢	٣,٢١٣	٠,٠٣٠	١٥	١٠٠
الاستقلال	-	-	-	-	-
القدرة على العمل	٣٩	٦,٢٠٣	٠,١١	١٤	١٥٩
القدرة على العمل	٩	٢,٧١٠	٠,٠٧	٤	١٠
الذكاء	١١	١,٦١٠	٠,٠٩	٤	١٩٠
القدرة على العمل	-	-	-	١	١٠
القدرة على العمل	-	-	-	-	-
جميع المقاييس	١٧٠	٢٥,١٣٥	٠,١١	٥٢	٢,٥٤١
الشخصية	-	-	-	-	-

المصدر:

"The 'Big Five' Personality Variable - Construct Confusion: Description Prediction" by L. M. Hough, 1992, Human Performance 5, 159. Reprinted by permission of Lawrence Erlbaum Associates, Inc.

إن المفهوم ذا الأهمية الخاصة فيما يتعلق بغير مقاييس الشخصية على

التنبؤ. تمثل في الواقع (١) "مقابل الذكاء" (٢) فكما هو وبن في

(١) (٢) (٣)

(٤) (٥) (٦)

الفصل الثاني، يشير مفهوم "الاتساع" إلى اتساع نطاق الظاهرة التي يغطيها مفهوم الشخصية محل الاهتمام وما يرتبط به من مقاييس. فيغطي مقياس الاتساع "متسع النطاق" مدى واسعاً من الظاهرة المقاسة، في حين يغطي المقياس "المحدود- في اتساعه" أو "ضيق النطاق" مدى ضيقاً من حجم الإحاطة بالظاهرة. وتشير "الدقة" إلى درجة حساسية المقاييس للظاهرة محل الاهتمام. ويرتبط المقياس الذي يكشف عن درجة مرتفعة من "الدقة" لارتباطاً ضعيفاً بالحساسية. وكما سبق أن أشرنا في الفصل الثاني، يستطيع المرء أن يمثّل بين هذين المفهومين، وبين نوعين من أجهزة المذياع؛ الأول يتمم بمدى استقبال واسع مع درجة منخفضة من النقاء، وأخر أقل في اتساع مجاله، وأكبر في نقائه. الأول قد يستطيع التقاط إشارات عديد من محطات الإرسال، عبر مسافات كبيرة، ولكن حساسيته في التمييز بين المحطات المتقاربة، أو التقاط إشارة معينة بتردد معين، قد تكون ضعيفة ومحدودة. وفي المقابل، المذياع الآخر قد يكون قادراً على التقاط المحطات الواقعة في مدى إرسال محدد، ومع ذلك فإنه -في حدود هذا المدى- يكون حساساً بشكل كبير لكل ما هو متاح من محطات. ويمكن أن نعقد تماثلاً هنا أيضاً مع ما اقترحه كيللي Killy (1955) بأن أي نسق بنائي، أو أي نظرية، لها مدى من الملاءمة^(١) وبؤرة الملاءمة^(٢) وقد تبين لكيلى أن أنساق التكوين الشخصي ونظريات الشخصية تختلف في مدى الملاءمة وبؤرة القول. وعلى نحو مشابه يمكن أن ننظر إلى مقاييس الشخصية بوصفها تختلف في سعة نطاق نقاتها.

ما دلالة تمييزنا بين سعة نطاق المقاييس ونقائها؟

أولاً: يشير هذا التمييز إلى أن المقارنة في الفائدة التنبؤية بين مقياسين للشخصية يجب أن تتضمن الاهتمام بالمقارنة بينهما على محكي سعة النطاق،

Range Of Convenience (١)

Focus Of Convenience (٢)

والدقة. فأحد استنحارات الشخصية قد يقدم نفعاً عملياً محدوداً في ظل مدى واسع من التباين، بينما استنحار آخر قد يقدم نفعاً عملياً ملحوظاً في ظل مدى محدود من التباين. مثل هذه الفروق يجب أن تؤخذ في الحسبان عند المقارنة بين مقياسين في مدى فائدتهما التنبؤية؛ فالمرء قد يجد نفسه في حاجة إلى أن يسأل: عند دراسة أى الظواهر يكون المقياس مفيداً أو منبئاً، ولأى مدى يتسع في استيعابه للظواهر محل الاهتمام؟ إنها الحالة التي ترتبط فيها سعة النطاق بالدقة ارتباطاً سلبياً فيتم الوصول للسعة على حساب الدقة، أو الدقة على حساب السعة.

ثانياً: يجب أن يُعطى الاهتمام الكافي لمفاهيم الشخصية المرتبطة بنظريات متنوعة. فلنأخذ على سبيل المثال، الجدول الدائر بين منظري السمات والمنظرين المعرفيين الاجتماعيين فيما يتعلق باتساق السلوك عبر المواقف المتباينة. فقد صيغت هذه القضية في صورة خلاف حول مدى توفر دليل يدعم القول بوجود اتساق في السلوك الملاحظ، أو يدعم أهمية الشخص في علاقته بالمؤثرات الموقفية — إنه الجدول الدائر حول الشخص في مقابل الموقف. وانطلاقاً من هذه النقطة، يؤكد منظرو السمات الاستقرار والاتساق في السلوك بصورة أكثر اتساعاً مما هو عليه الأمر لدى المنظرين الاجتماعيين المعرفيين. ومع ذلك، فمن الممكن أن ننظر للموضوع -أيضاً- في علاقته بمحكي الاتساق والدقة. ففي ظل هذين المحكين، يمكن افتراض أن مفهوم السمة يعبر أكثر عن السعة أكثر من تعبيره عن الدقة. في المقابل تؤكد المفاهيم الاجتماعية المعرفية على الرهافة أكثر من تأكيدها على سعة النطاق. بمعنى آخر، تعكس مفاهيم السمات الخصال العامة لوظائف الشخصية عبر مدى متسع من المواقف، ولكنها تعد ضعيفة نسبياً في رصد التمايز في سلوك الفرد عبر مختلف السياقات الموقفية. وفي المقابل تعكس المفاهيم الاجتماعية المعرفية حساسية الفرد لتغيرات الموقف أو السياقية، ولكنها تهم الغلب عن الصفات الواسعة التي تصف الفرد ووظائفه النفسية. إن النظرة المتألمة لموضوع سنر إن لدينا مفاهيم ومفاهيم تتسم بكل من لرحمة والرهافة. ومع ذلك، هذه -كما سبق

ولاحظنا- يخلق العمل بهدف تحقيق هذين المحكّير معا تعارضات بين كل منهما والآخر.

بالعودة إلى السؤال عن الفائدة التنبؤية لمقاييس الشخصية، نجد أن هذا الموضوع، ربما يثار أكثر في مجال التوظيف وتقدير الأداء الوظيفي بشكل خاص. فلسنوات عديدة، ارتكز شك مستخدمى مقاييس الشخصية في الفائدة التنبؤية لهذه المقاييس في اختيار العاملين المناسبين لشغل الوظائف المطلوبة. ومع ذلك تشير مراجعة التراث إلى أن إحياء الاهتمام في السنوات الأخيرة لموضوع الصدق المحتمل لمقاييس الشخصية، يرجع في جزء منه إلى التقدم الذي حدث في البحث الأساسي في الشخصية (Schmidt4ones,1992) فيشير مؤيدو قضية استخدام مقاييس الشخصية إلى أن الصدق التنبؤى لمتل هذه المقاييس له علاقة بمحكات من قبيل الربح^(١) والفعالية الإدارية^(٢) (R.Hogan,1991) وليس أمراً مدهشاً أن نجد بعض البحوث الحديثة في هذا المجال تركز على سمات "أو عوامل الشخصية الخمسة الكبرى"، واقترح أن "مقاييس الشخصية" عندما تصنف داخل الأبعاد الخمس الكبرى، فإنها سترتبط تلقائياً بدرجة التنوع في محك الأداء المهني (Goldberg, 1993, p.31).

باستثناء متل هذا القبول المتحمس لمقاييس الشخصية، هناك تحذيران مهمان في هذا الصدد، الأول: يتعلّق بضرورة الوعي بأن مقاييس الشخصية ترتبط بالأداء الوظيفي بأساليب معقدة، تتباين باختلاف المجالات، وباختلاف مقاييس الأداء الوظيفي (Hough, 1992) على سبيل المثال، لو تأملنا العلاقة بين بناءات الشخصية^(٣) والكفاءة الوظيفية^(٤) لدى المديرين والتتفيذيين سنجدّها على النقيض مما

Earnings (١)
Managerial Effectiveness (٢)
Personality Constructs (٣)
Job Proficiency (٤)

هى عليه لدى العاملين فى الرعاية الصحية^(١) [جدول ١٢-٣]، ففى حين ترتبط الرجات على سمة الإنجاز إيجابياً بالكفاءة المهية فى الوظيفة لدى المديرين والتعيينين (٠.١٨)، فإنها ترتبط سلبياً بالكفاءة المهنية لدى العاملين فى الرعاية الصحية (-٠.٢٤). وتبين الارتباطات الأخرى فروقاً متشابهة بين المجموعتين. بالإضافة إلى ذلك، وجد أن بناءات الشخصية التسعة ترتبط بشكل مختلف مع المحكات الأخرى المتنوعة للأداء الوظيفى (مثل كفاءة البيع، والإبداع، والقررة على العمل كفريق، والكفاءة المهنية الفنية). باختصار، تعد مقاييس الشخصية الأخرى ذات أهمية أيضاً فى علاقتها بمختلف الوظائف، ومختلف محكات الأداء الوظيفى.

الملاحظة الثانية الجديرة بالتحذير، تتعلق بحجم الارتباطات الملاحظة، فتبين مراجعة الارتباطات بالجنول التالي أنه لا توجد أية حالة وصل فيها الارتباط إلى (٠.٣٠). وكما هو واضح فى الجدول [١٢-٢] بلغ متوسط ارتباط مقاييس الشخصية بمقاييس أداء الكفاءة المهنية للوظيفة (٠.١١) داخل كل مجموعة مهية من مجموعات الدراسة (المديرون، والتعيينيون مقابل العاملين فى الرعاية الصحية). ومع ذلك أدت ارتباطات قليلة -كما سبق أن لاحظنا- إلى زيادة مهمة النجاح فى التنبؤ، ولذلك فإن تقويمى الخاص لمثل هذه النتائج أنها لا تشكل دليلاً مؤثراً على النفع العملى لمعيارى الشخصية وقدرتها على التنبؤ بالنجاح فى العمل. وشكل أكثر تحديداً، إذا كان الذكاء يُعد غالباً أهم مكونات النجاح الوظيفى، فليس من الواضح إلى أى درجة يمكن أن تضيف هذه المقاييس قيمة تنبؤية إضافية لمقاييس الذكاء. وأخيراً، يشير هوف (Hough, 1992) إلى أن العوامل الخمسة الكبرى للشخصية تمثل صورة للشخصية شديدة المحدودية عند استخدامها للتنبؤ بمخرجات الحياة ذات الأهمية.

إبن، أين نفخ الآن فيما يتصل بالنفع العملى من مقاييس الشخصية فى اسبغ

بالسلوك؟ خلال مناقشتنا في هذا الجزء من الفصل، تناولنا عددا كبيرا من القضايا الجديرة بالانتماء المتصلة بذلك. فقد ميزنا بين محكي "الانساع" و"الدقة"، وأشرنا إلى تحقيقهما بصورة قوية في بعض المقاييس، وبصورة أقل في بعضها الآخر. بالإضافة إلى ذلك، لاحظنا أن مقاييس الشخصية تكشف عن علاقات معقدة - وليس عن علاقات قوية واضحة - بالقياسات المتنوعة للأداء الوظيفي في مختلف المهن. عند هذه النقطة، يبدو أن الدليل الأكثر وضوحاً يميل إلى تأكيد أن الذكاء، والدافعية للإنجاز، والحساسية الانفعالية، هي المتغيرات التي تقوم بدور واضح في التنبؤ بمعظم صور النجاح في معظم المهن. وبدفعا تأمل ما تنطوي عليه العلاقات الخاصة بمقاييس الشخصية - من دلالات، إلى الإقرار بضعف هذه العلاقات وعدم انساقها. ومع ذلك يمكننا أن نؤكد وجود ما يدل على أهمية الشخصية في تقويم الأداء المتصل بمخرجات الحياة ذات الأهمية، وهو ما يعني أن هناك المزيد من الجهد الذي يجب بذله في هذا المجال.

قبل أن نترك موضوع التنبؤ لاند من تقديم نبذة مختصرة - على الأقل - عن الجدل التاريخي الذي دار حول السبق الإحصائي^(١) والتنبؤ العيادي^(٢). وتصب هذه القضية على كيفية الجمع بين بيانات التقدير لصياغة التنبؤات. فكما نبين من عمل فريق (OSS)، أنه يمكن رسم صورة عامة للشخصية، والاستفادة منها بعد ذلك كأساس لعملية التنبؤ. هذا المنحى في العمل يصنف ضمن التنبؤ العيادي ذي التوجه الكلي. ولكن ماذا يحدث إذا استخدم فريق بحث OSS صيغة أخرى بديلة، تعتمد على تجميع درجات الاختبارات الفردية وتوظيفها في عملية التنبؤ؟ هل نحصل بذلك على نتائج أفضل؟ في سنة ١٩٥٤ ألف ميهل بول (Meehl Paul) كتاباً شهيراً بعنوان: التنبؤ العيادي مقابل التنبؤ الإحصائي، والذي طرح فيه هذا السؤال: "هل من الأفضل تجميع بيانات عن الشخصية بطريقة "آلية" ونفا لبعض المعادلات

الإحصائية، أم من الأفضل جميعها بطريقة عيادية حديثة؟ هل من الأفضل استخدام المعادلات الإحصائية أم اتباع الأحكام العيادية؟ أو وفقاً للعارات التي صاغ بها ميل (١٩٥٧) هذه القضية "متى يجب أن نستخدم عقولنا بدلاً من المعادلات".

لا تزال قضية التنبؤ الإحصائي مقابل التنبؤ العيادي من القضايا الساحنة إلى الآن- والمثيرة للحماس الفكري الشديد، كما أنها لا تزال تثير جدلاً كبيراً بين المنصرين لكل محى. فالمؤيدون للمحى العيادي يصفون المحى الإحصائي بأنه محى "متحيز"، ومبتذل، وقسرى، ومتصلب، وعقيم بينما يصف المؤيدون للمحى الإحصائي المحى الأول بأنه محى "غامض، ومبهم، ومشوش، وغير متقن، ومفرط فى طموحه، فضلاً عن كونه مريباً ذهنياً". ول سوء الحظ -على غرار ما يحدث فى كثير من مثل هذه النقاشات الأخلاقية- فإن كثيراً من الأمور المتصلة بهذا الموضوع تطوى على العديد من أوجه التداخل والحلط. فقد بدأ تركيز المتجاملين ينصب على قضية "كيفية تجميع البيانات" بدلاً من التركيز على قضية أى البيانات يجب استخدامها. فالسؤال الواجب طرحه هو: هل نعتد على البيانات المستمدة من الاختبارات الإسقاطية (مثل اختبار الرورشاخ واختبار تفهم الموضوع) أم على البيانات المستمدة من الاستخبارات (كالدرجات المستمدة من مقياس ميسونا متعدد الأوجه؟ إن وجه الخطورة فى هذا الجدل يكمن فى متربباته على التوجيه المهني؛ فالوظائف ستصبح مهددة بما سوف يترتب عليه هذا الجدل من نتائج. وسنثار السؤال: هل يمكن استبدال المتخصصين فى المجال العيادي بجهاز كمبيوتر بإمكانه وضع التنبؤات استناداً إلى درجات الاختبارات التى يمدنا بها؟

إن الأمر فى الحقيقة أكثر تعقيداً مما يبدو، ومن الصعب الإحاطة بكل ما ينطوى عليه من قضايا، فجزئياً، هناك سؤال عام حول إذا كانت هناك أسس معروفة يمكننا من عملية التنبؤ أو وضع معادلة واضحة للتنبؤ. على سبيل المثال، افترض أنه طلب من فريق للتقدير أن ينتقى بعض رواد الفضاء المؤهلين للصعود

إلى القمر. قبل أن يكون هناك بيانات متاحة عن اختيار رواد الفضاء، وبدون توفر أي تقويم مسبق لآداء هذه الفئة من المبحوثين، في هذه الحالة لا يكون لدى فريق التقدير بيانات متوافرة يمكن المقارنة على أساسها بشكل مباشر تمكن من استخدامها كأساس للتنبؤ، وبالمثل اقترح أن يصدد اتحاد قرار علاحي لمرضى يعاني من مظهر فرط الحساسية⁽¹⁾ في غياب معادلة إحصائية معروفة يمكن تطبيقها.

على الرغم من أهمية مثل هذه الحالات، التي تتطلب وقتاً طويلاً جداً في إصدار أحكام بشأنها، في غياب الصيغ الواضحة للتنبؤ، فإن مراعاة التعرض لها تكون قليلة؛ ففي معظم الحالات، يوجد دليل أو مؤشر يدعم العلاقة بين البيانات الشخصية والمحك. في مثل هذه الحالات، تقتصر هذه الدلائل على الأساليب الإحصائية تشير بعيداً عن توجهات المنحى العيادي (Grove & Meehl, 1996) في التنبؤات العيادية لها أهميتها الكبرى في كثير من المجالات، ولكن بسبب أن الكميات الهائلة من الصحة في استبعاد قدر كبير من البيانات، والجمع بينها في صيغ منظمة. وبالطبع تتمثل البحوث السبعة على استخدامها والتي تعدد نتائجها ضرورة أساسية لتحقيق هذا الغرض. فبمجرد الانتهاء من إبحار هذه البحوث يكون الحاسوب - حينئذ - أكثر الآليات المنظمة القدرة على معالجة المعلومات معارضة بالجهود التي يمكن أن يبذلها الباحثون العياديون. وفي مثل هذه الحالات، -كما أشار ميل- يفضل أن يترك الباحثون العياديون العمل لتسويق وإنجاح مهاراتهم لمجالات أخرى.

التنوع وتقدير الشخصية

في الآونة الأخيرة، حظي بحث التنوع على اهتمام كبير من قبل الباحثين في مجال التنوع الثقافي. وعرفه أو سألته محققه Mayer (2001) بقوله: "يشير إلى مجموعة ثقافية وعرقيّة أو سكانية مختلفة". وقد ساهم ذلك إلى الموضوع نسباً لأهمية النظرية الشخصية، و سألته البحث فيها.

وأساليب تقديرها، والخاص بمدى الفعالية المتكافئة لمقاييس تقدير المُنحصية عند تطبيقها على أعضاء الجماعات الثقافية المتنوعة. فتثار هنا عدة أسئلة من قبيل: هل من المشروع أن يقرن للباحث بين ثقافتين مختلفتين مستخدماً اختبارات أو قياسات أو مقابلات متنافاة؟ هل ستعنى النتائج الشيء نفسه؟ هل ينجح المعنيون بالتطبيق في الحصول على تقديرات متكافئة من أكثر من ثقافة؟ (Sundberg & Gonzales, 1981, p478).

ربما أفضل طريقة للبدء في مناقشة أهمية تقدير الفروق الثقافية هو أن نتناول بعض الأمثلة التوضيحية من عالم النعمالات التجارية. فقد وصف تقرير صحفي نشر بصحيفة نيويورك تايمز (October 3, 1993) بعنوان "لا تَبْعِ حفاظات الأطفال السميكة في طوكيو" بأنه تقرير يعكس نوعاً من "الخطرة الحضرية" فيما يتصل بعلاقات البيع والشراء عبر الثقافية، فقد حاولت شركة أمريكية كبرى - بعد هذا التقرير - أن تبيع حفاظات الأطفال غير السميكة في اليابان، والمنشور بيعها بالفعل في الولايات المتحدة. فوجد أن الأمهات اليابانيات قد غيرن حفاظات أطفالهن بنسبة تفوق صعب ما فعلته الأمهات الأمريكيات، وفضلن استخدام الحفاضات الأرفع سمكاً والتي كان من السهل - بالنسبة لهن - استخدامها وتخزينها.

المثال التوضيحي الثاني، يتصل بإعلان تجاري عز المنظفات، قارن بين فعاليتها بمنظفات إحدى الشركات مقارنة بمنظفات إحدى الشركات الأخرى. وهي ممارسة مقبولة في التبادلات التجارية داخل الولايات المتحدة. ومع ذلك لا يعد هذا السلوك أمراً مستماعاً في اليابان، إذ يفضل اليابانيون النعمات المتناغمة، ونمطية، والمهذبة في إدارة الأعمال. وبين إعلان تجاري وصعته شركة أمريكية منافسة. رجلاً يابانياً يسير داخل حمام بينما تستحم زوجته مستخدمة الصابون الذي يصبه الإعلان بأنه يجعل المرأة أكثر حاذية، لقد قابلت المرأة اليابانية لإعلان بدرجة مرتفعة من انزعاج؛ لأنه وفقاً لتصورها من السلوكيات السيئة أن يندس الزوج على خصوصية زوجته بهذه الطريقة. وبين المثال طبعاً المشكلات التي قد

تترتب على محاولة الترويج التجاري داخل ثقافة أحبية بدور فهم القواعد والمعايير، والطقوس الخاصة بهذه الثقافة، أو دون فهم دلالات السلوك التي هي جزء من هذه الثقافة.

تظهر في علم النفس هذه المشكلة بشكل أكثر وضوحًا عند استخدام اختبارات الذكاء؛ حيث يثار السؤال: هل يمكن استخدام الاختبار نفسه لتطبيقه على أعضاء جماعات مختلفة ثقافيًا، وبظل صادقًا ومناسبًا بالقدر نفسه لدى كل الجماعات؟ في واحد من أكثر كتب علم النفس أهمية -والذي يجب على جميع الطلاب أن يكونوا على دراية بما ورد فيه- وهو كتاب "العلم والسياسة"، بين كامين (Kamin, 1974)، كيف كانت اختبارات الذكاء تستخدم في العشرينيات للحفاظ على هوية مستقلة للأمريكيين تميزها عن المهاجرين من أوروبا الشرقية. فادعى علماء النفس آنذاك أن اختبارات الذكاء تعد مقاييس دقيقة للذكاء الفطري المورث أكثر منها معبرة عن اللغة والثقافة الأمريكية. وما ادعاه "كامين" هو أن ما يرتبط بفرض السلالة^(١) يشير إلى تناسب مستوى الذكاء مع درجة التناقص فيما لدى الفرد من دم نورماندي. وقد مضى "كامين" أبعد من ذلك، وحاول أن يبين التماثل بين هذا الفرض والاستخدامات الراهنة لبيانات مقاييس الذكاء. فاختار وكسلر لذكاء الراشدين ظل يستخدم على مدار عدة سنوات وهو يتضمن البندين التاليين: "ماذا نعتني بقولنا: إن طائر سنونو واحد لا يمكن أن يستحضر الصيف؟، أو ماذا نعتني بقولنا "الغدير الضحل مليء بالضوضاء؟" معظم الطلاب الآن لم يسمعو عن مثل هذه الأقوال ولكنها ظلت تستخدم على نحو شائع لمدة أربعين سنة.

فيما يتصل بمقاييس الشخصية المستخدمة لأغراض التشخيص العيادي، خلصت المراجعة التي أجريت على الدراسات التي استخدمت مقياس "الرورشاخ" "Rorschach" بنتيجة موداها أن استخدامه مع الأقليات بأمريكا، ومع غير

Race hypothesis (١)

أمريكيين يمثل مشكلة كبيرة جدًا: "بالإضافة إلى ذلك، فإن المجال يندر به، أو بالأحرى يفتقد إلى بحوث حول مؤشرات الصدق التمييزي بين الجماعات الثقافية أو السلالية المتباينة" فمثل هذه الدراسات ضرورية لتوضيح إمكان التزييف الثقافي والسلالي عند استخدام هذا المقياس (Lilienfeld et al., 2000, p.33). " وفيما يتعلق بالاختبارات المستخدمة في التقدير العيادي، فإن هذا الأمر يبرز بوضوح في مقياس مثل مقياس ميسوتا للشخصية متعدد الأوجه فكما سبق أن أشرنا، كان هذا المقياس في بواكير الأربعينيات أكثر بطاريات الشخصية الموضوعية استخدامًا، وترحم إلى عدة لغات أجنبية، واستخدم في عديد من بلاد العالم. وبسبب المراجعة الأولى التي ظلت المراجعة الوحيدة قبل المراجعة التي تمت له حديثًا - على استجابات أفراد العينة الممحوقة من ساكني مدينة ميسوتا في ذلك الحين.

وفي إطار النقد الموجه لاستخدام الاختبار مع جماعات الأقلية، طرح "جينثر" (Gynther, 1972) سؤالاً حول هل استخدام المعايير المبنية على درجات مستمدة من عينات من الأمريكيين البيض بعد أمراً متحيزاً ضد الأمريكيين السود؟. فقد اكتشف لناحت أن درجات الأمريكيين السود أعلى على عديد من مقاييس بطارية ميسوتا للشخصية متعدد الأوجه والتي فسرها بعض علماء النفس كدليل على زيادة الأعراض المرضية لدى أفراد هذه العينة. ومع ذلك، فإن فحص الفروق فيما يصلح بنود معينة توحى بتفسير بديل. على سبيل المثال، السود أكثر من البيض في الموافقة على بنود من قبيل: "أعتقد أنني شخص متذبذب"، تقول الناس عن أشياء مهمة وبنيئة، "أنا شخص تقى (أكثر من معظم الناس)". إن التباين في الاسحابة على مثل هذه البنود قد يعكس اختلافات في القيم الحضارية، والاعتقادات. والحبر، أكثر من تعبيره عن أعراض نفسية مرضية.

٢- باحثون آخرون على وجهه نظر "جينثر" عن التحيز العنصري لنموذج مقياس ميسوتا للشخصية MMPI، مقترحين إمكان استخدام الاختبار مع مراعاة تحقيق درجة متساوية من الصدق التنبؤي لدى كل من عييب السود والبيض.

(Gynter, 1980) واستحابة لذلك، عرض "جينثر". (Prichard & Rosenblatt, 1980) وبيانات توضح أنه بالمقارنة بالبيض، فإن أكثر المعايير الخاصة بالسود تتجه بصورة أكبر، وعلى نحو خاطئ نحو التحديد المرضى لأفراد هذه العينة، والقليل من المرضى السود من المحتمل أن يصنفوا خطأ كأسياء. بمعنى آخر، كل من الإيجابيات للزائفة (كتشخيص الأسوياء على أنهم مرضى)، أو السلبيات للزائفة (كتشخيص المرضى على أنهم أسوياء) دائماً ما تكون ضد السود. في مسعى لأن يكون الاختبار حساساً لمثل هذه الأمور، شملت المراجعة الثانية لبطارية MMPI عدداً من التغييرات، أولها: عدد اختيارات مجموعات التفتين -لتطوير المقياس- تم تمثيل عينات كبيرة ومتنوعة من الأفراد المقيمين في الولايات المتحدة، مع مراعاة التمثيل المناسب للسود. أما ثانياً هذه التغييرات فيتمثل في حذف العبارات ذات الطابع الجنسي، والتعبيرات اللغوية المهجورة. ومع ذلك ظلت عينة تفتين الصورة الثانية أقل تمثيلاً للأمريكيين ذوي الأصل الأسباني والأسوي. ومع أن أحد المراجعين للمقياس قد أشار إلى أن مثل هذا النقص في التمثيل قد أجرى -ل سوء الحظ- لإحداث توارر في استخدام الاختبار في معظم المواقف (Nichols, 1992, p.565). فلن هذا الاستخلاص يبدو مبسراً، خاصة فيما يتصل بدرجات الاختبار وتأثيرها في اتخاذ القرارات المهمة في الحياة.

والمشكلة الأخرى، التي ليست أقل خطورة في مجال البحث في الشخصية، حتى لو بدا أن مضمونها العملية أقل إثارة للمشكلات، فتتمثل في أن الأغلبية العظمى من تراث الشخصية للمشور قد بنى على دراسات أُحرِيت على محوئين أمريكيين، أغلبهم من طلاب الجامعات. ويثار هنا سؤال: إلى أي حد تنطبق النتائج على أعضاء ثقافات أخرى مختلفة؟ وإلى أي حد تعد الأسس التي بنيت عليها مُسَمَّاة بكوبها عبر ثقافية وعامة؟ تجرى -أحياناً- بحوث عبر ثقافية تُطرح خلالها نفس الأسئلة على أعضاء في ثقافات مختلفة، أو تُطرح للإجابة عن أسئلة تتعلق بترجمة الاستدلال إلى لغات أجنبية أخرى. ومع ذلك، فإن هذا يتجاهل إمكانية ألا يطرح

الأعضاء في الثقافات المختلفة للسؤال بالطريقة نفسها التي طرح بها في الثقافة الأولى التي خرج منها المقياس. هذه النقطة لاحظناها في الفصل الثني أثناء مناقشة الفروق الثقافية في مفهوم الذات. بالإضافة إلى ذلك، من الممكن أن يكون الاستخبار الذي صمم في ثقافات مختلفة ذا بناء مختلف يتناسب وطبيعة كل ثقافة يطبق فيها؛ فعلى سبيل المثال، على الرغم من أن هناك دليلاً على بعض العمومية لعوامل الشخصية الخمسة الكبرى، فهناك دليل أيضاً على غياب التداخل الدائم بين هذه العوامل في مختلف الثقافات (Yik & Bond, 1993). بالإضافة إلى ذلك قد يكون من الضروري تضمين عوامل أخرى لحصول الشخصية يتم تأكيدها في ثقافات أخرى.

باختصار، يجب على أي فرد مهتم بالنظرية والبحث، والتقدير في مجال الشخصية أن يكون على وعي بالتنوع الثقافي. إن العالم مشكل بطرق مختلفة لدى أفراد الثقافات المختلفة، إن الكلمات نفسها -حتى عندما تترجم بدقة من لغة إلى أخرى- تأخذ معاني متباينة بتباين الثقافات. ما نقوله هنا لا يعني أنه من المستحيل أن نصوغ مبادئ عامة للشخصية، تناسب أعضاء جميع الجماعات الثقافية. وإنما يعني أن مثل هذا التعميم لا يمكن افتراضه بشكل آلي.

العلاقة بين نظرية الشخصية وقياس الشخصية

افتراضنا -في الفصل الأول- وجود علاقة بين مختلف نظريات الشخصية ومختلف مناهج البحث. فعلى سبيل المثال، أشرنا إلى العلاقة بين المناهج العلاجية وبطرية التحليل النفسي، والمحي الارتباطي ونظرية السمة وتأكيدها الفروق الفردية، والمنحي التجريبي والنظرية المعرفية الاجتماعية. وكما هو ملاحظ في المحوثة التي عرصت على مدى الفصل، فإن أي منحي نظري يمكن أن تحوثر فروضه في إطار أي من مختلف مناهج البحث. إن العلاقة بين النظرية والمنهج ليست علاقة مطلقة، ولذلك تقع جنور مختلف النماذج النظرية في مختلف الثقافات

المحتثية. لذلك، يمكن اقتراح وجود علاقة بين نوع البيانات التي يتم جمعها باستخدام أى منحنى بحثى والطاهرة التى يتناولها التوجه النظرى.

هل مثل هذه الرابطة موجودة فيما يتصل بالقياس؟ بمعنى آخر، هل العلاقة موجودة بين التقاليد النظرية ومناحى تقدير الشخصية؟ يمكن أن نقترح هنا أيضاً أن أى طريقة قياس يمكن أن تستخدم فى ارتباطها بنظرية الشخصية، ومع ذلك توجد بين طريقة القياس ونظرية الشخصية علاقة، والسؤال ما هذه العلاقة؟ لقد اقترح كامبل (Campbel, 1957) منذ مدة مصت، أن مناهج القياس تتمايز على ثلاثة أبعاد:

(١) بُعد القياس البنائى مقابل غير البنائى^(١).

(٢) بُعد القياس المُقنع مقابل غير المُقنع^(٢).

(٣) بُعد التحرر مقابل الموضوعية^(٣).

يرتبط بعد القياس البنائى مقابل غير البنائى بكمية ما يترك للمبحوث من حرية فى الاستجابة بطريقة تعكس فرديته. ونجد -فى هذا الإطار- أن المقابلات اللابائية تترك للمبحوث درجة كبيرة من الحرية فى الاستجابة بالمقارنة بالمقابلات البنائية، وعلى نحو مشابه تترك الاختبارات الإسقاطية مثل الرورشاخ واختبار تفهم الموضوع للمبحوث الكثير من الحرية فى الاستجابة مقارنة بالاستخبارات التى تعتمد على مدائل الصواب والخطأ، أو بدائل الاستجابة (بنعم) أو (لا). ويرتبط بُعد القياس المُقنع مقابل غير المُقنع، بدرجة وعى المبحوث بكيف ستفسر استجاباته. على سبيل المثال، تبعاً للمحنى الفيمولوجى للمقابلة بطريقة روجرز^٢، فإن الاهتمام يركز على كيف ينظر المبحوث إلى العالم. وهنا لا يتحسن الموقف أى إخفاء من ناحيه أخرى، فى اختبار الرورشاخ سوف يفسر المُختبر استجابات المبحوث فى

Structured - Unstructured (١)

Disguised - Undisguised (٢)

Voluntary - Objective (٣)

ضوء الرموز، والمعاني اللاشعورية الممكنة، والتي تأتي غالبًا مفاجئة للمبحوث. ويمكن للمرء هنا أن يسترجع أيضًا التضاد الذي وضعه ماكليفلاند بين المقاييس التخيلية للدافعية التي لا تتطلب وعيًا من المبحوث، في مقابل الاستجابات الخاصة بالقيم. وأخيرًا، يرتبط بُعد التحرر مقابل الموضوعية بما إذا كان المطلوب من المبحوث أن يعبر عن اختيار أو تفضيل (استجابة حرة) مقابل إذا كان مطلوب منه إعطاء استجابة صحيحة كما في الاختبار الأدائي الموضوعي.

هل هناك علاقة بين نظريات الشخصية وسمات أدوات القياس في ضوء هذه الأبعاد؟ الاقتراح الأكثر قبولاً هنا هو أن مثل هذه الرابطة موجودة، وتميل النظريات القياسية إلى أن تستخدم الاختبارات غير البنائية والمقنعة مثل اختبارات الرورشاخ وتعمم الموضوع. وعندما تستخدم الإجراءات التحريية، يتم تأكيد أهمية إجراءات مثل الأنشطة السيكوناميكية اللاوعية (فصل ٧). وفي حالة التفسير والتنبؤ بالبيانات، يعود الميل هنا إلى تأكيد أهمية التحليل الكلي للشخصية، وعلمنا أن نتذكر هنا الإجراءات التي استخدمها فريق (OSS) ومحلله الشخصي. والذي قاده هنري موراي، الذي كان متعاطفًا مع وجهة النظر القياسية، وفي المقابل، مالت نظريات السمات إلى أن ترتبط بالاختبارات البنائية، غير الخادعة مثل اختبار NEO-PI. ومع أن بعض الاختبارات تتضمن مقاييس للصدق لاختبار الأمانة في استجابة المبحوثين كما لاحظنا فإن المؤلفين أشاروا إلى أن مثل هذه المقاييس ليست ضرورية، وهذا يعني افتراضهم أن معظم المبحوثين قادرين على تقديم تقرير ذاتي دقيق عن أنفسهم، ولديهم -وبشكل عام- الدافعية لأن يكونوا أمناء في استجاباتهم. بالإضافة إلى ذلك، عندما توضع التنبؤات على أساس مثل هذه المعلومات الخاصة بالتقدير، فإنها تتضمن بشكل عام استخدام مقاييس نوعية بدلاً من الوصف ذي الطابع الكلي.

أخيرًا، كانت النظريات المعرفية الاجتماعية تميل -في الماضي- إلى الارتباط باختبارات الأداء، أو بيانات الاختبارات الموضوعية. ومع أن قياسات

التقرير الذاتي في بعض الحالات كانت مقبولة، مثل استخدام باتدورا لمقاييس كفاءة الذات؛ كان يشار إلى قيود عديدة عند استخدام مثل هذه المقاييس، وكان التفضيل العام يتجه نحو مريد من استخدام المقاييس الموضوعية؛ فكما لوحظ في الفصل التاسع استخدم كانتور (Cantor) بيانات التقرير الذاتي كمقاييس لمهام الحياة. ومع ذلك، فإن كثيراً من هذه المقاييس ارتبطت بسياقات نوعية وارتبطت -بشكل عام- بمقاييس موضوعية أخرى. بمعنى آخر، عندما استخدمت مقاييس التقرير الذاتي من خلال المنظرين المعرفيين الاجتماعيين، فإنها مالت إلى أن تكون مقاييس موقعية أو مرتبطة بنوعية السياق بدلاً من أن تكون مقاييس إجمالية (أو كلية) للوظائف، وهو ما يُعد صحيحاً أيضاً بالنسبة لمقاييس السمة. بالإضافة إلى ذلك، من النادر لدى النظريات المعرفية الاجتماعية أن ترتبط بالمقاييس التفضيلية (Stewart, 1992). وبالطبع، لا يتم الميل هنا أبداً للتأكيد على مقاييس التفسير من النمط المُقنَّع (مثل الرورشاخ).

الأمر الأكثر حداثة. هو ما ذكر من تفاصيل عن مبادئ القياس من المنظور المعرفي الاجتماعي (Cervone, Shadel & Jencius, 2001). وتؤكد هذه المبادئ أهمية الآتي:

- ١- يجب أن تؤكد تقديرات الشخصية على بناءات الشخصية الداخلية وديناميتها، مقابل تأكيدها فقط على الميول السلوكية الصريحة.
 - ٢- يجب أن تؤكد تقديرات الشخصية على المحددات الشخصية للفعل والأداء مثل البناءات المعرفية^(١)، والاعتقادات، والأهداف، ومهارات تنظيم الذات.
 - ٣- يجب أن تكون تقديرات الشخصية حساسة للطبيعة الفردية للشخص.
 - ٤- يجب أن تؤكد تقديرات الشخصية على تقدير أداء الأشخاص داخل السياق.
- ونلاحظ هنا، أن استناقص بين هذه القائمة من المبادئ وتلك المعروضة في

إطار نظريات السمة ونظريات التحليل النفسي بعد أمراً لافتاً للنظر.

كما هي الحال في العلاقة بين مناهج البحث ونظريات الشخصية، فإن الصلة أيضاً بين أساليب للقياس والنظرية ليست بالضرورة تامة الارتباط، أو موحدة دائماً. ومع ذلك، فما يمكنني إقراره، هو أن هذه الصلة موجودة، بمعنى آخر، إن مختلف نظريات الشخصية ارتبطت بأنواع مختلفة من البيانات التي يؤكد كل منها أهمية أنواع مختلفة من مقاييس الشخصية. ويمكن فهم هذه القضية من خلال وضع رسم تخطيطي كامل يوضح جوانب الصورة، وذلك من خلال مقارنة ما يمكن أن نحمله من بيانات مستمدة من مقاييس تقدير مختلفة لمحتويات واحدة ففي بعض الأحيان، أقوم بتدريس مادة قياس الشخصية. عندئذ أقسم الفصل الذي أدرس له إلى أربع مجموعات من الطلاب، كل قسم منهم يدرس نفس الموضوع باستخدام مجموعة مختلفة من مقاييس الشخصية. فأحدي المجموعات تقرأ السيرة الذاتية للمحتوث وتجري معه عدة مقابلات. وتستخدم مجموعة أخرى اختبارات الرورشاخ وتقيم الموضوع، حيث الاهتمام عندئذ يتركز على بيانات الاختبارات الإسقاطية. والمجموعة الثالثة لا تقابل المحتوثين ولكنها تحصل على استجاباتهم على استخبارات سمات الشخصية، أما المجموعة الرابعة من الطلاب فتكون لديها عينة من الأنواع الثلاثة من البيانات. وفي نهاية الفصل الدراسي، أطلب من كل الطلاب أن يصوغوا انطباعاتهم حول المحتوث ويتبنوا بعض البيانات غير المتاحة لديهم. شكل إبداعي، اندمجت الطلاب وهم يلاحظون كيف أن هناك اختلافات في انطباعاتهم عن المحتوث. كما أنهم صدموا باختلاف تنبؤاتهم عن أفضل التنبؤات التي خرجت بها كل مجموعة، فيما يتصل بتنبؤات المجموعات الأخرى، والتي وصلت إليها في ضوء أحسن تنبؤ ممكن في ضوء البيانات المتاحة.

نقطة مشابهة اقترحت في حالة قدمت في موضع آخر (Previn, 2001)

تصممت حالة لفرد احسر وهو في مرحلة ما قبل النحرج، وعندئذ تمت مناعته خلال برنامج علاجي لمدة ٢٥ سنة. وقد طبق عليه مقياس رورشاخ وبفهم

الموضوع وهو في مرحلة ما قبل التخرج، وفي تلك المرحلة جاءت استجاباته على إحدى بطاقات تفهم الموضوع على النحو التالي: إن الصورة التي أمامي هي "نوع من المحاكم، إنها محاكمة لدراكولا، إنه يستعد للخطف، ثم مريض، إنه يستعد للخروج، لقد خنق بعض النساء".

إن القصص التي قدمها المبحوث استجابة لبطاقات اختبار تفهم الموضوع كانت تدور غالباً حول مواضيع عن الحزن والعوانية. ووصفه المحلل النفسي الذي فسر هذه القصة بأنه "متذبذب في التعبير عن دوافعه السادية وفي تعبيره عن الإحساس بأنه ضحية" . إن لديه تداعلاً وتشوشاً حول معنى العلاقات التي تربط بين فردين، وفي الوقت نفسه يتوق إلى أن يلقى اهتماماً، إنه في حاجة إلى أن يدرك، وهو غالباً ما يكون مشغولاً بالدوافع الجنسية". إن هذا الوصف يختلف بعض الشيء -على الأقل- فيما يتصل بصورة المبحوث عن ذاته. فمع أنه ركز اهتمامه على أنه غير قادر على أن يقيم علاقة مع امرأة، وأن لديه غموضاً وعدم تأكيد فيما يتصل بمهنته المستقبلية، فقد وصف نفسه بأنه شخص ذكي، ناجح في إقامة صداقات، مخلص، عطوف، ودود إنسانياً، وهو يعتبر نفسه بشكل أساسي شخصاً جيداً. تتطابق هنا -بشكل كبير- صورة الذات الواقعية والذات المثالية، مع أنه يأمل في أن يصبح أكثر دقة وأكثر اجتهداً وكدحاً. وعلى اختبار كاتل للشخصية 16PF رسمت استجاباته صورة له بوصفه "شخصاً بارعاً ومنسجماً ولكنه لا يشعر بالأمان، سهل أن يضطرب ويكون أحياناً اعتمادياً". بعد ١٢ سنة، طبق عليه بعض الاختبارات الإضافية، فبينت استجاباته على اختبار السمات الخمسة للشخصية NEO~PI أنه شخص منخفض على مقياس القبول ومرتفع على الانبساطية والعصابية. وفي الوقت نفسه، فيما يتصل بالمفاهيم المعرفية الاجتماعية، فقد وصف أهدافه الكبرى كروح ناجح، فقد أصبح أقل نقداً وأكثر تقبلاً لزوجته وللآخرين، ويشعر بمشاعر أفضل تجاه عمله ومهنته. وفي ضوء الكفاءة واعتقادات كفاءة الذات، اعتبر نفسه بارعاً جداً، وذا مستوى عقلي مرتفع، مع أنه ليس مدعاً على

السحر الذى يبرغنه لنفسه. وهو يعتقد أن لديه مهارات اجتماعية جيدة جدًا. فيقول "بإستطاعتى أن أدفع عنى أى شيء، ولدىّ ثقة فى نفسى فيما يتصل بالجوانب الاجتماعية". إجمالاً، إن لديه اعتقادات إيجابية عن كفاءته الذاتية، وهو يعتقد أن بإمكانه فعل أغلب الأشياء على نحو جيد (على المستوى الاجتماعى، والمهني، والأخلاقى). إن شكه الأساسى فى نفسه يدور حول قدرته على أن يكون عبقرياً فى عطاءه، ويقول. وأيضاً حول قدرته على أن يكون مبدعاً.

هذه فقط "لمحات" من بين كم هائل من البيانات التى يتم للحصول عليها فى مراحل زمنية مختلفة، من خلال مناهج متنوعة للتقدير. ومع ذلك، يكفى أن نوضح نقطة مهمة، وهى أن صوراً مختلفة من البيانات تبزغ من حين لآخر من مصادر مختلفة من البيانات. فى بعض الأحيان، يكون هناك تداخل وتطابق، وفى أحيان أخرى تكون هناك صور مختلفة ملغطة للانتباه، وفى أحيان ثالثة تبزغ نقاط الاختلاف. ما نرغب فى الإشارة إليه هنا، هو أن هذه الفروق تتطابق مع مفاهيم نظرية مختلفة، ومع مناحى تؤكد أهمية نظريات مختلفة للشخصية. بمعنى آخر، إن النظرية والبحث والتقدير هى أجزاء من كلِّ له أجزاء. ليس من الضرورى أن نحرم بل منحنى أو آخر بعد صواباً أو خطأ، ولكن بالأحرى قد نضم كل معنى جزءاً مختلفاً من الحقيقة المرتبطة بالتعقيد فى شخصية الفرد. من ناحية أخرى، عندما تؤدي أنماط مختلفة من البيانات إلى مفاهيم نوعية ومتناقضة فيما يتصل بشخصية الفرد أو تقدم تنبؤات بسلوكه، فإن واحداً أو أكثر من المقاييس التى استخدمت سيكون غير صادق.

الخلاصة

ما التضمينات التى يمكن أن نستخلصها فى حالة صواب العضية السابقة؟ بمعنى آخر، هل يمكن أن تقدم مختلف نظريات الشخصية، وأساليب القياس المرتبطة بها لمحات عن جوانب التعقيد فى وطائف الشخصية لدى الفرد؟.

أولاً: قد نعني الإجابة عن هذا السؤال ضرورة أن نكون حذرين قبل الانحراط في منظرات عقيمة، حول مدى صحة إحدى النظريات عن غيرها، أو مدى أفضلية بعض أساليب قياس الشخصية عن البعض الآخر. فالأحرى بنا أن نهتم بتحديد أى نظريات أكثر من غيرها ارتباطاً بطواهر بعينها. وأى من معايير الشخصية أفضل من غيرها فى تحقيق أهداف بعينها.

ثانياً: يوحى لنا هذا أن نكون حذرين عند استخدام نظريات الشخصية، ومفاهيم التقدير لتكوّن صورة مبسطة عن الأفراد. إن العالم النفسى الداخلى لمعظم الأشخاص معقد للغاية، ويتكوّن من مدى متنوع من الأفكار، والمشاعر، والميول المحددة للفعل، بالإضافة إلى إمكان توجيه هذه الوظائف النفسية بمناهج تتفاوت درجتها تكيفها تبعاً لطبيعة السياق، وطبيعة الضغوط المشكّلة لها، وقدّر ملائمة أساليب التوافق المستخدمة. إن بعض الأشخاص يعرفون -وهو ما بينته الدراسات- أن باستطاعتهم تقديم صورة زائفة عن شخصيتهم، والتي يعتقدون -بعد ذلك- أنها أفضل تشخيص بالنسبة لهم-(Forer , 1949) فمثلنا مثل الطلاب المعيين بهذا المجال علينا أن نكون بعدين تماماً عن السهولة فى تقويمنا لمقاييس الشخصية.

وأخيراً، ووفقاً لما أشرنا إليه فى بداية هذا الفصل، يبدو أن هناك حاجة ماسة إلى تحقيق قدر من التعدد المنهجي (Craig , 1986) فإذا كانت شخصية الفرد - كما هو مفترض - على درجة عالية من التعقيد، فهذا من شأنه أن يزيد من حاجتنا إلى مساهمات متعددة للقياس، يمكن استخدامها بعد ذلك بطريقة متكاملة. وبعبارة أخرى، فإن أهمية التى نواجهها -من وجهة نظر التقدير- قد تتمثل فى أن نحاول فهم ما الذى يقدمه كل منحنى متاح؟ وما المواضيع التى تتحدى كل المناهج؟ لكى نفهم كيف يمكن لقطع لعرض الشخصية أن يتلاءم فيما بينها. تلك كانت مهمة فريق مكتب الخدمات الاستراتيجية. والآن، وبعد خمسين سنة، وبعداً عن احتياجات المحبوس الحرسى، فإننا فى وضع أفضل لتحقيق هذه المهمة.

المفاهيم الأساسية

تقدير الشخصية Personality Assessment: استخدام مقاييس الشخصية لفهم

بعض جوانب شخصية الفرد والتنبؤ بالأداء محل الاهتمام.

أسلوب الاستجابة Response Style: ميل الأفراد للاستجابة بطريقة معينة

للأداة المستخدمة فيما يتصل بالطريقة المصوغ بها بنود المقياس أكثر من محتوى هذه البنود (الميل إلى الإذعان).

ثبات إعادة الاختبار Test-Retest Reliability: أحد صور تقدير الثبات التي

تعتمد على مقارنة استجابة المبحوث في إحدى السياقات مقارنة باستجاباته في سياق آخر مشابه.

ثبات الصورة المتكافئة Alternate form Reliability: إحدى صور تقدير

الثبات التي تعتمد على حساب درجة الاتفاق بين اختبارين نما يساعد في استخدام الاختبارين لقياس نفس المفهوم.

ثبات القسمة النصفية Split-half Reliability: إحدى صور تقدير الثبات

الذي يعتمد على حساب الارتباط بين الدرجة على نصف بنود المقياس بالدرجة على نصفه الآخر.

ثبات المصححين Scorer Reliability: إحدى صور تقدير الثبات الذي يعتمد

على تقدير درجة الاتفاق بين اثنين أو أكثر من المحكمين في تقديراتهم للاستجابات على المقياس.

ثبات المفسر Interpreter Reliability: إحدى صور تقدير الثبات الذي

يعتمد على تقدير درجة الاتفاق بين اثنين أو أكثر من الفائمين على تفسير الاستجابات على الاختبار.

الصدق التلازمي Concurrent Validity: إحدى صور تقدير الصدق الذي

يعتمد على مقارنة الدرجة على الاختبار محل الاهتمام بالدرجة المستمدة من اختبار آخر يقيس السمة نفسها. (مثل مقارنة الدرجة على اختبار منسوتا متعدد الأوجه بالدرجة المفردة للمقاييس السيكمترية).

الصدق التنبؤي Predictive Validity: إحدى صور تقدير الصدق الذي يعتمد على حساب إلى أي حد يمكن استخدام الدرجة على الاختبار في التنبؤ بالأداء التالي.

صدق التكوين Construct Validity: إحدى صور تقدير الصدق الذي يعتمد على تحديد أي الدلائل الحثية تدعم مفهوم الشخصية وتدعم قياسه.

الإنساع Bandwidth: مدى السلوكيات التي يغطيها مفهوم الشخصية أو مقياس الشخصية.

الدقة Fidelity: تحديد إلى أي درجة يمكن استخدام مفهوم الشخصية أو مقياس الشخصية لوصف السلوك أو التنبؤ به.

ملخص الفصل

١- يتصمر تقدير الشخصية الجهود التي تبذل لجمع المعلومات المتصلة بجوانب الشخصية لدى الفرد للتنبؤ بالسلوك أو القرارات المرتبطة بذلك. وقد عنيت دراسات فريق مكتب الخدمات الاستراتيجية بالأسئلة التي تتصل بأنواع البيانات التي يتم الحصول عليها، وكيف يمكن استخدام كل منها في تنظيم عملية التنبؤ، وتقييم نجاح مثل هذه الجهود.

٢- على مدار فصول الكتاب الحالي، أشرنا إلى عديد من استخدامات مقاييس شخصية المتنوعة (مثل بيانات سجلات الحياة، أو بيانات تقديرات المشاهدين الخارجيين، أو بيانات التقدير الذاتي). وبيئاً أن كل نمط من هذه البيانات له مناطق قوته وضعفه المتميزة.

٣- تم كذلك الاهتمام باستعراض مختلف أنواع الثبات الضرورية لتقدير ثبات الملاحظات الشخصية وأيضاً مختلف أنواع الصدق الممكنة. وقد أعطى اهتمام خاص لصدق التكوين، الذي يتم تقديره في ضوء ما يتوافر من معلومات ووقائع وأحداث متراكمة تدعم المفهوم وأساليب قياسه. بصرف النظر عن حجم القبول الذي تلقاه مقاييس معظم مفاهيم الشخصية بشكل عام، كما هو الحال بالنسبة للترموتر الذي يقيس الحرارة، فيتطلب الأمر تقدير درجة صدق تكوين مقاييسنا. وتثير الاختبارات الإسقاطية مثل اختبار بقع الحبر (الرورشاخ) عديداً من الأسئلة حول صدقها.

٤- ينصب اهتمام الفصل الحالي على استعراض الدليل على دقة بيانات التقرير الذاتي. حيث يفترض أن الأفراد يمكن لهم بشكل معقول تكوين أحكام دقيقة عن حصالهم الشخصية الدقيقة وتلقى تقديرات ملاحظة الذات قبولاً معقولاً.

الفصل الثالث عشر*

خاتمة

قضايا حالية، وتوقعات لعلم الشخصية

نظرة عامة على الفصل:

سنستعرض في هذا الفصل بعض القضايا التي تناولتها تفصول السابقة، وننظر في قضايا أخرى. وبدلاً من محاولة الإجابة عن أسئلة بوعية، سنركز هنا على قضايا عامة في ميدان الشخصية تغطي كثيراً من المواضيع النوعية. وتتضمن هذه القضايا كيف يكون السلوك عاماً أو متصلاً بموقف بوعي؟ إلى أي حد تكون الشخصية مرنة وقابلة للتشكل؟ وهل توجد استراتيجيات للبحث أفضل للميدان؟ وبوجه عام، يوحّد تأكيد على تحاور المواضيع الأيديولوجية لتقدير تعقيد الميدان وموضوع البحث فيه، أي الشخص. بالإضافة إلى الاهتمام بمحاولات بازعة تريد أهمية للميدان.

عرضنا في الفصول السابقة عددًا كبيراً من البحوث في ميدان الشخصية، وأثيرت أسئلة، وقدمت إجابات في حدود المعرفة الحالية في الميدان. ونعود هنا إلى أسئلة عامة، بعضها ذكر من قبل والآخر لم يذكر. وحتى الآن حاولت أن أكون موضوعياً في تقديم الميدان إلى الدارسين، وهنا سوف أكون أكثر صراحة فيما يتصل بوجهة نظري الخاصة.

تعريف الشخصية

تجننا حتى الآن تعريف الشخصية، وقد يبدو غريباً أن نعرض كثيراً مما في الميدان دون تعريف بالموضوع ذاته. وقد تعلمنا عموماً أن نبدأ بتعريف كيف نستطيع أن نتحدث عن أمر لم يعرف بعد؟ والواقع أن العلماء في ميادين أخرى أكثر تقدماً من علم النفس يبحثون عالياً ظواهر لا يكون لديهم تعريف ملائم لها. وعبر السنوات تم تعريف الشخصية بطرق مختلفة مما يسمح لكل باحث أن يفحص الظواهر التي رُئي أن لها أهمية خاصة، دون أن يقبل في الميدان تعريف مشترك. وبعد أن قلنا هذا سوف نتهور ويقدم تعريفاً لما نتبناه في هذا الكتاب.

"الشخصية تنظيم معقد من المعارف والوجدانات والسلوكيات، التي تعطى لحياة الشخص توجهاً^(١) ونمطاً^(٢) (اتساقاً). وتتكون الشخصية سمات الجسم-من بناءات وعمليات، وتعكس كلاً من الطبع (المورثات) والتطبع (الخبرة). كما أن الشخصية تشمل آثار الماضي، بما في ذلك تكريات الماضي، ونباءات الحاضر والمستقبل".

ويوجد عدد من النقاط في هذا التعريف من المفيد التأكيد عليها وتوضيحها: أولاً: تم تعريف مجال الشخصية من خلال دراسة الفروق الفردية. وكما أرى فإن الفروق الفردية جزء من ميدان الشخصية. وقد قدمت النحوت التي قُدمت في هذا الكتاب شهادة واضحة على الأهمية التي تمت مراعاتها للفروق الفردية، ومع ذلك فإنني أرى أن تنظيم أجزاء الشخص إلى نسق للأداء الكلي يمثل الحاصية التي يعرف بها ميدان الشخصية.

ويمكن إجراء مقارنة مع دراسة أداء البدن. فقد نهتم بكيف يقوم الجسم بأداء وظائفه كنسق كلي، كما هو الحال في الفروق الفردية ومع ذلك فإن تنظيم أداء الجسم هو الذي يلقي اهتماماً مركزياً وليس الفروق الفردية في بعض

الأجزاء. وقد تمت صياغة هذه القضية منذ سنوات عديدة على النحو التالي:

ويؤكد التعريفات للعادية للشخصية على الفروق الفردية بالطريقة التي استخدمت. واعتقد أن من المهم لكي يتم تقدم هي النظرية وفي البحث أن نعلم ما يحدث إذا اتبع علماء التشريح نفس الطريقة التي يتبعها علماء الشخصية سوف نعرف الكثير حول التنوعات الصغيرة لموضع القلب دون أن نتحقق أن موقعه بالنسبة لكل شخص في أي مكان من العالم - هو المصدر بيلار المركز. وما سبق، لا ينفي أهمية الفروق الفردية ولكن إلى أن نعرف أكثر عن العمليات الأساسية للشخصية فمن الصعب معرفة مدى ملائمة الفروق (Sechrest, 1976, p.4).

وأنا أوافق على ما قيل هنا، إلا أنني أضيف تأكيداً على الجوانب المنظمة لأداء الشخصية، ليس المهم فقط العمليات الأساسية، ولكن كيف نوظف هذه العمليات في علاقة كل منها بالآخر؟ هذا هو المفتاح.

ثانياً: في التعريف تأكيد على المعرفة والوجدان والسلوك، أي ما نفكر فيه ونشعر به ونفعله. ويغلب النظر إلى هذه الجوانب في معزل كل منها عن الآخر، فمثلاً قد يكون التأكيد على المعارف أو الانفعالات. وأحياناً ينظر إلى أحد الجوانب على أنه يحدد الجانبين الآخرين. فمثلاً قد ينظر إلى المعارف على أنها تحدد الانفعالات. وفي رأيي أن ما نفكر فيه ونشعر به ونفعله يؤثر - إنما كل منها في الآخر. إن ما يركز عليه انتباهنا يؤثر في حالتنا المزاجية، كما أن حالتنا المزاجية تؤثر أيضاً في اتجاه انتباهنا. وحالتنا المزاجية تؤثر في سلوكنا، إلا أن سلوكنا ونتائجه له تصميمات على مراجعنا. أي أن الشخصية تتضمن ارتباطات متبادلة بين الأفكار والوجدانات والسلوك. وتنظيم هذه العناصر، من خلال التفاعل القائم بينها، يمثل أمراً مركزياً للشخصية.

ثالثاً: يوجد بعد للزمن يجب إدخاله في الحسبان، فالشخصية بمكوناتها

تعمل في الحاضر فقط، ومع ذلك يمارس الماضي تأثيراً على الحاضر من خلال التوقعات والأهداف. وأحلامنا بالمستقبل تمثل جزءاً من الشخصية، مثلها مثل ذكرياتنا للماضي وإدراكنا للحاضر. وكما لاحظنا في الكتاب فإن المستقبل لا يمكنه تحديد الحاضر، ولكن نظرتنا للمستقبل يمكنها أن تفعل هذا التأثير. ومن الواضح أن الشخص الذي لديه مخطط سلبي للمستقبل سيشتعر ويسلك بطريقة مختلفة تماماً عن الشخص الذي لديه مخطط إيجابي نحو المستقبل.

ويؤكد هذه النقاط، يصبح من الواضح أن من رأيي أن شخصية معقدة، ولا يعني هذا فقط اشتغال الشخصية على أشياء كثيرة (معارف، ووجدانات، وسلوكيات) وإنما تتضمن أيضاً تنظيم هذه الوحدات. ونعتقد التنظيم هو مفتاح تعريف الشخصية. وقد تم تأكيد هذا مرات عديدة خلال الكتاب. وإذا وضع في حسباننا كلا من هذا الاعتقاد ووحدة كل فرد تتم دراسته، يجعلان فليس من الغريب أن يكون تحقيق تقدم في الميدان أمراً صعباً جداً.

استراتيجيات البحث:

عرضنا في الفصل (١) ثلاث استراتيجيات بحثية: العيادية، والارتباطية. والتجريبية - وجوانب القوة والضعف في كل منحنى. كما عرضنا الأهداف المشتركة منهن في الثبات والصدق. وقد كان لدينا الفرصة أن نعرض خلال الكتاب جهود استخدام منحنى متعددة، فإن الاتجاه الغالب في الميدان هو استخدام منحنى أو آخر، وكذلك استخدام نوع معين من البيانات أو آخر - تاريخ حياة، أو تقدير، أو مشاهدة، أو اختبارات موضوعية و/أو تقارير ذاتية. ليس هذا فقط بل إن الاتجاه كان نحو تأكيد جوانب قوة المنحنى المستخدم، وعيوب المناحي الأخرى. فممن يفضلون المنحنى العادي يؤكدون على ثراء البيانات، ومحدودية الغالبية للتطبيق لكثير من النتائج التجريبية في مواقف الحياة الواقعية. أما من يفضلون المنحنى الارتباطي،

فيؤكدون على فائدة مقاييس التقرير الذاتي وعلى أهمية الفروق الفردية، ويوجهون النقد للطابع غير الكمي لكثير من البحوث العيادية، وضيق مدى الظواهر التي يمكن بحثها في المعمل. وأخيراً فإن من يفضلون المنحى التجريبي يؤكدون على أهمية التحكم في المتغيرات موضع الاهتمام، ويوجهون النقد إلى البحوث التي تعتمد على مقاييس التقدير الذاتي، أو على التقارير العيادية لما يحدث في موقف العلاج.

وهذا الاختلاف في التأكيد على إجراءات مختلفة للبحث لا ينفرد فيه علماء الشخصية، وكما لاحظنا في الفصل (١) فإن علماء النفس الذين يدرسون التذكر، يختلفون حول العلاقة بين النتائج التي تم الحصول عليها في المعمل، وتلك التي تم الحصول عليها من مشاهدة طبيعية. وقد أثير حديثاً موضوع أين وكيف تتم دراسة الذاكرة فيما يتصل بتقويم ذكريات الأطفال الذين أساء إليهم. هل ذكريات سوء المعاملة يُوثق بها إذا صدرت عن طفل؟ وفيما يتصل بهذه المشكلة، فإن الجمعية الأمريكية لعلم النفس شكلت هيئة بحثية، عرفت باسم "المجموعة العاملة لدراسة سوء المعاملة في الطفولة" ضمت كلاً من باحثين وممارسين عياديين. ويمكن وصف عملها فيما يلي:

"يسبل العياديون أكثر من الباحثين إلى قبول تقارير عملائهم حول سوء المعاملة، عندما تستد إلى ذكريات قديمة. أما الباحثون فهم كقاعدة أكثر تشككاً في صدق الذكريات التي مرّ عليها عدد كبير من السنوات مروا خلالها بخبرات كثيرة. فالعياديون يعرفون نوعاً واحداً من البيانات، والباحثون يعرفون نوعاً آخر. ومهمتنا هي أن نؤلف بين هذين النوعين من البيانات (DeAngelis. American Psychological Association, Monitor November, 1993, p. 44)

وتثار اسئلة كثيرة عما يتصل بأسر اتحيات البحث. هل يفضل دراسة العدوان في المعمل أم في مواقف أكثر طبيعية؟ هل البيانات الكيفية مثل تلك التي يتم الحصول عليها غالباً في الموقف العنادي، أو من خلال المشاهدة الطبيعية لها

قيمتها، أم ينبغي أن تكون كل البيانات العلمية كمية؟ هل النتائج المعملية المستمدة من محوثر أصحاء يمكن استخدامها كأساس لإجراءات علاجية مع عبات عيادية؟ هل يمكن الثقة في مقاييس التقرير الذاتي للصحة النفسية أم يجب استخدام أحكام عيادية للتمييز بين الأصحاء فعلاً، وبين من يقدمون نوعاً من الخداع بأنهم أصحاء نفسياً على أساس إنكار دفاعي للكرب؟ وهذه من المواضيع التي يثور الجدل حولها في ميدان علم النفس بأكمله وليس في ميدان الشخصية فقط.

ورأى الخاص أن معظم هذا الجدل لا فائدة منه وليس مفيداً للميدان؛ فقيمة البيانات الكيفية تقبل في علوم أخرى مثل علم الحياة وعلم الجيولوجيا، لماذا لا تقبل في علم النفس؟ إن أعظم اكتشافات داروين قامت على أساس مشاهدات، فلماذا يجب استبعاد هذا النوع من البحوث من علم النفس؟ النقطه هنا، أننا ينبغي أن لا نكون ايديولوجيين فيما يتصل بكيف وأين تم الحصول على البيانات، بل نركز على نوع البيانات. إذا كانت البيانات التي تم تقريرها يمكن استعادتها من خلال آخرين، وكانت متصلة بأسئلة مهمة، إذن يجب تقويمها بعض النظر عن كونها جاءت من العيادة أو من المعمل. ولا بد من تقويمها بغض النظر عن الحصول عليها من خلال تقرير ذاتي أو مقاييس موضوعية. وأبعد من هذا توجد حاجة للبحث الذي يستخدم عدة إجراءات بحثية وعدة مصادر للبيانات. كما حدث في دراسة وصفت في الفصل (١٢) (OSS) أي أنني متفق تماماً مع وجهة النظر التي تم التعبير عنها فيما يتصل ببحوث التذكر.

"لا شك أن هذا الميدان للبحث مهم كمصدر لتجديد المفاهيم للبحث الواقعي، ومع ذلك فلكي نكون على علم تام، من المفيد استخدام مناهج متنوعة، واستخدام عدة مناهج - بما في ذلك المغالطات، والمحاكاة المعملية، وأحداث مراحل الحياة، والدراسات للمبادئ. ودراسات ذكره السيرة الذاتية والدراسات العيادية - كلها تسهم في تقدم معرفتنا عن الانفعالات والتذكر. فالمساحي قد تختلف ولكننا نحاج ألا يكون هناك صراع بين مختلف المناهج،

وهي تكون عادة متكاملة (Christianson, 1992, p. 303).

وللأسف لا يجد علماء النفس أن من السهل اتباع أسلوب المناحي المتعددة، إما بشكل فردي أو جماعي. فمُنذ سنوات ماضية قرر عدد من أعضاء القسم الذي أعمل به اتباع أسلوب "موراي"، وأن ندرس عدداً قليلاً من المبحوثين دراسة متعمقة. وكان كل منا مهتماً بجانب مختلف للشخصية وكل منا فضلَ منهاها أو آخر من مناهج البحث! لماذا! لم يتم اختيار عدد قليل من المبحوثين لإجراء دراسة متعمقة وربط البيانات التي يتم حصول كل منا عليها بهدف تكوين صورة كلية عن الشخص؟ كان هناك حماس كبير للفكرة في البداية لكنها لم تتحقق أبداً. فالعض غادر القسم للتدريس في مكان آخر، والآخرين كانوا شديدي الانشغال بمشاريعهم الفردية، بحيث لم يستطيعوا إلزام أنفسهم بالعمل الجماعي. أي أنه رغم أن البحث التعاوني الذي يتضمن دراسة متعمقة للأفراد بإجراءات بحثية متعددة له قيمته وثرى، فإن من الصعب تحقيق هذا في الواقع.

النوعية - في مقابل - العمومية:

من أكثر القضايا صعوبة وإثارة للخلاف بالنسبة لعلماء الشخصية المهتمين، ما مقدار العمومية أو النوعية التي يكون عليها السلوك عبر المواقف والمجالات. وقد سرزت هذه القضية في الخلاف على العلاقة بين الشخص والموقف (الفصل ٢) وفي المواضيع المتعارضة بين علماء نفس الشخصية وعلماء نفس المعرفة الاجتماعية. ومع ذلك يبدو لي أن القضية أكثر اتساعاً في تشعباتها وتضميناتها. والموال هو: هل أداء الشخصية مستقر ومنسق بدرجة كافية عبر المواقف بحيث تسمح بتعميمات واسعة، أم أنها شديدة النوعية ومرتبطة بالظروف المحيطة، بحيث تصبح هذه التعميمات عبر ممكنة؟ والإجابات عن هذا السؤال ليست مهمة فقط بالنسبة لكيفية تنكّر الشخصية، وإما أيضاً لكيفية بحثها. وتتصل الإجابات بكل محل للنحت عرض في هذا الكتاب: هل نستطيع أن نتحدث عن شعور شابل

بالذات، وتقدير الذات؟ أم يجب أن نتحدث عن ذوات فرعية واعتقادات نوعية بكفاءة الذات؟ هل توجد ذات أم توجد أسرة من الذوات؟ هل الأشخاص لهم أهداف عامة أم أن أهدافهم نوعية حسب الموقف؟ هل الأشخاص لديهم أساليب عرو عامة، أم أن أنواع العزو تعتمد على المضمون والظروف المتضمنة؟

وهناك حل ممكن للمشكلة، هو افتراض أننا نستطيع أن نعامل شيئاً على أنه عام لبعض الأغراض، ونعامله على أنه نوعي لأغراض أخرى. فمثلاً قد نريد الحديث عن استراتيجية مواجهة لبعض الأغراض (الفصل ١٠) بوصفها صفة شخصية عامة ولأغراض أخرى عن صفات نوعية ترتبط بال مجال. وقد يريد، لبعض الأهداف، أن ننظر إلى شخص معين على أنه مبسط رغم أننا نعلم أنه لا يبدى خصائص الشخصية الانبساطية دائماً. وبعض الأهداف، في معظم الوقت في ظل معظم الظروف، قد يكون هذا جيداً. وهناك حل آخر أن نفترض أننا نستطيع أن نتعامل مع شيء معين على أنه عام بالنسبة لبعض الأشخاص وليس للآخرين. فمثلاً قد نميز بين الانطوائيين والانبساطيين عند الاعتراف بأن بعض الأشخاص لا يمكن تصنيفهم على أنهم منطويون أو مبسطون في كل المواقف.

ويبدو لي، مع ذلك، أن كلا الحلين غير مقبول. فمن ناحية الافتراض الأول أي أننا لبعض الأغراض قد نركز على العموميات ولأغراض أخرى على النوعية الموقفية، كيف عرف لأي الأغراض ولأي الأشخاص يستطيع أن نتعامل من حلول تصميمات عامة، ولأيها نحتاج إلى تنبؤات موقفية؟ لا توجد مبادئ لإرشادنا، ولا أتصور أنه تم اكتشافها. وبالنسبة للافتراض الثاني، أي أننا نفكر من حلول مجموعات مختلفة للأفراد، فإن هذا يؤدي إلى نظرية للشخصية تلائم بعض الأشخاص ولا تلائم البعض الآخر. فمثلاً قد يكون لدينا نظرية للانطواء-الانبساط لا تنطبق إلا على نسبة من الجمهور، ويصعب أن يكون هذا أمراً مرضياً.

إذن إلى أين يؤدي بنا هذا؟ أعنفد أننا نحتاج إلى إنشاء نظرية للشخصية تعترف بكل من الاستقرار (الاتساق) والتنوع (النوعية الموقفية) في أداء الشخصية.

وبعبارة أخرى، اعتقد أنه يجب أن نسير ما أطلقت عليه مصطلح ركود السلوك الإنساني - في مقابل - تدفقه، أى أن الأشخاص لديهم أنماط عامة للأداء، إلا أنهم يستطيعون التكيف مع المتطلبات الموقفية الوعية. فمثلاً فيما يتصل بالاهداف، أو الدوافع، فإن هذا يعنى ان الأشخاص لديهم نسق هدف عام، إلا أنهم يستطيعون مراجعة أولويات الهدف وفقاً لمتطلبات داخلية وظروف خارجية. ونحن نعرف أن مما له معنى متابعة أهداف اجتماعية فى بعض الحالات، وأهداف عمل فى حالات أخرى، أى متابعة قضاء وقت جيد فى بعض المواقف، ومتابعة أهداف تقدير الذات فى مواقف أخرى. ونحن نعرف أننا نستطيع مواجهة عدة أهداف (كل من الأهداف الاجتماعية وأهداف العمل) فى بعض المواقف، ولكننا لا نستطيع ها فى مواقف أخرى. ونعترف انه بوجه عام بعض الأشياء تهتمنا أكثر من أشياء أخرى. إلا ان ما لم يكن يهمنا فى اوقات معينة قد يصبح مهماً جداً. وكما عرصنا حيننا أثناء اسبوع أو شهر أو سنة، فإننا نفاجا بكل من الاتساق الواسع للأنماط، وبأهمية أنواع التحول العرضى. إنه تداعل بين الاستقرار والتغير، بين الركود والتدفق. هذا فى رى هو لبُّ الشخصية، أى أن مهمتنا ليست تجاهل احدهما والتركيز على الآخر، وإنما أن نقدر ونفهم التفاعل بين الاثنين.

الطبع والتطبيع، أو المورثات والثقافة:

لكل من المورثات والخبرة أهمية فى انشاء الشخصية. وكما لاحظنا فى الفصل(٥) لا يوجد مورث دون بيئة ولا توجد بيئة دون مورث. وكل منهما يؤثر فى الآخر. أكثر من هذا فكل منهما يؤثر فى جعل البشر يشبهون بعضهم فى بعض الجوانب، ويختلفون عن بعضهم فى جوانب أخرى. وكل البشر يشتركون فى بعض الخصائص الوراثية التى تحددهم ككائنات بشرية، نكورا أو إنثاء، وفيما ع نصر الاستثناءات النادرة غير الطبيعية كلنا يملك عينين وأذنين ومخاً....الخ. وفى نفس الوقت -فيما عدا التوائم المتماثلة- كل واحد منا يُعد فريداً من الناحية الوراثية

وهذا يسهم في وجود تنوع شديد، وهو شيء ينظر إليه بيولوجيًا على أنه أمر مرغوب للأنواع. وبالمثل فإن الثقافة تؤثر في خلق كل من التجانس والتنوع. ويميل الأفراد داخل نفس الثقافة إلى أن يشتركوا في بعض المعتقدات والقيم. ومن ناحية أخرى يختلف الأفراد الذين ينتمون لثقافات مختلفة اختلافًا كبيرًا فيما يعتقدون ويقيمون.

وتوحد عبر الزمن تحولات في درجة الأهمية التي تنصب إلى الوراثة أو إلى الآثار البيئية والثقافية، وفي كل الأحوال يوجد خلاف حول الأهمية النسبية لكل منهما. وكما لاحظنا في الفصل (٥) نحر نشاهد موجة لإسهامات الوراثة في الشخصية، فعلماء الوراثة السلوكية يوحون بأن من "٤٠%" إلى "٥٠%" من الشخصية محدّد وراثيًا. أكثر من هذا فقد افترض أن كثيرًا من الآثار البيئية تيسرها الآثار الوراثية؟ فمثلاً الأشخاص ذوو المورثات المختلفة يستثيرون استجابات مختلفة من البيئة أو يختارون بيئات مختلفة. ومع ذلك لا تنسى - في غمرة الاعتراف بأهمية آثار الوراثة- أن نندى دهشنا أيضًا بأهمية آثار البيئة. ونعجب إحدى صديقاتي من علماء الحياة بأن تقول: إن الشيء الوحيد الذي لا يتأثر بالمورثات هو أي لغة أنت تتحدث بها. وأعتقد أنها تتفق معي في أنه لا توجد خصلة - نهم علماء نفس الشخصية- لا تتأثر بالبيئة عمومًا والثقافة بوجه خاص، بما في ذلك أي لغة تتحدث أنت بها.

وتمت الإشارة إلى أهمية الثقافة في عدد من المواضيع في هذا الكتاب، وبوجه خاص فيما يتصل بالذات (الفصل ٨)، وفيما يتصل بالتعبير عن الانفعال (الفصل ١٠)، وفيما يتصل بالتقدير (الفصل ١٢) وأثناء كتابتي لهذا الفصل اطلّعت على قصة رياضية مسلية، توضح أهمية الثقافة. وتتضمن هذه القصة أهداف كرة (بيسبول) من جنوب كوريا عيّن أحيانًا من خلال إعلان بـ لوس أنجلوس وأثناء أول وقت له في اللعب التفت إلى الحكم وانحنى. وهذا أمر لم تتم رؤيته من قبل في البيسبول الأمريكي. وقد فسر هذا الهدف الشاب الأمر بعد ذلك: بأننا تعلمنا في

كوريا احترام الكبار، وكنت لشكره على جهده وعلى وجوده هنا معنا. إذا كنا نعرف ثقافة واحدة، يصعب علينا تقدير أهميتها واحتمالات تنوع أداء الشخصية. فكثير من الأشياء التي نعتقد فيها أو نعلمها تبدو طبيعية بحيث يصعب علينا تصورهما على نحو آخر. لهذا فكثير من الطلبة الأمريكيين يندهش عندما يعلم أن أعضاء الثقافات الأخرى لديهم شعور مختلف تماماً بالذات. وكثير من أعضاء إحدى الثقافات يجدون من الصعب عليهم السعر الاجتماعي⁽¹⁾ عندما يكونون في ثقافة مختلفة تماماً. فمثلاً رغم أنه تبدو درجة كبيرة من العمومية في الانفعالات التي يمكن الشعور بها، يوجد تنوع ثقافي شديد لما يستثير كل انفعال، وبالعسبة كيف يتم الشعور بها دائماً وإلى أي حد تتم المشاركة الاجتماعية فيها (Schera & Wallbott, 1994)، وحتى داخل المجتمع الأمريكي توجد فروق ثقافية وعنصرية كبيرة في كيف تتم الخبرة بالانفعالات، وكيف تسمى وكيف يعبر عنها ويشارك فيها؟ (Matsumato, 1993) فالهذاف الكورى الجنوبي الذى ركع للحكم دلّ على أنه لم ير تعبير الحكم لأن الحكم كان متحكماً في تعبيراته (وكانه يحتفظ بقتاع الدور). ولا يبدو واضحاً أن اللاعب الهذاف كان قادراً على أن يفسر بدقة ما كان يشعر به الحكم أو يعبر عنه. والحقيقة أن الثقافة تؤثر في كل جانب من جوانب أداء الشخصية فالأهذاف التي نختارها للسعى لتحقيقها وكيف نكافح لتحقيقها تتأثر بالثقافة. فمثلاً كوننا نرى الإتجار من خلال جهد فردى أو تعاون جماعه، وكوننا ننظر للنجاح من خلال أهذاف المسار المهني أو أهذاف الأسرة يتأثر كثيراً بالثقافة (Heine, Lehman, Markus & Kitayama, 1999; Salili, 1994).

وتؤثر الثقافة في طريقة تفاعلنا مع الآخرين من خلال معببر سلوك اجتماعى مقبول وملائم، ويبدو أن الثقافة تؤثر حتى في طبيعة اداسا البيولوجى، فمثلاً يوجد دليل على عدم صحة المعتقدات الثقافية حول تأثير الشيخوخة في درجة فقدان

الذاكرة التي يشعر بها الأشخاص في السن الكبير. وقد كشفت مقارنة بين المعتقدات النمطية للأمريكيين والصينيين حول الشيخوخة عن فروق في أداء الذاكرة لدى الرشدنين المسنين (من ٥٩ - ٩١ سنة) والصينيين لديهم وجهة نظر إيجابية نحو الشيخوخة، ويعتقدون أن المسنين منهم لديهم أداء أفضل للذاكرة. وأوضحت النتائج أن آليات عملية اجتماعية تسهم في التقارير الصادرة عن الأمريكيين، فيما يتصل بتدهور الذاكرة المصاحب للشيخوخة. أي أن من الممكن أن ينبئ التنظيم السلبي في الولايات المتحدة حول كيف يكون العمر المعرفي لكبار السن منبأ بتحقيق الذات (Levy & Langer, 1994, p. 966).

وبإعطاء دليل على أهمية كل من التأثير الوراثي والبيئي الثقافي، من الواضح أن الأدلة المتصلة بالأهمية النسبية لأحدهما أو للآخر يصعب أن يكون لها معنى. والأحرى أن تكون مهمتها فهم القيود والفرص التي نسنها كـ من المورثات والثقافة. ومعظم العملية التي نكتسب من خلالها - بوصفها كائنات بيولوجية - معتقدات ثقافية وممارسات. وثمة مماثلتان أرى أنهما مفيدتان فيما يتصل بهذه التفاعلات بين المورثات والبيئة: الأولى تم وصفها في الفصل (٥) وهي حركة الكرة في أرض واسعة. فالأرض الواسعة تمثل ما هو محدد وراثيًا. والكرة التي تتدحرج في الأرض الواسعة تمثل الارتقاء وتأثير قوى البيئة. وممار الكرة أي اتبثاق الشخصية بعكس ذاتًا الجانب الوراثي (ممثلًا في الأرض الواسعة) في تفاعله مع أحداث البيئة.

أما المماثلة الثانية فتقوم على أساس الحاسب الآلي. والجهاز يمثل المورثات والبرامج تمثل الآثار البيئية - الثقافية. ومن الواضح أن كلا من الجهاز والبرامج ضروريان لعمل الحاسب الآلي. والجهاز يضع بعض القيود والإمكانات للبرامج. فإذا نظرنا إلى الحمار يوجد تنوع ضخم في البرامج التي تمكن كتابتها. على أن كلاً من الأفراد المستخدمين للجهاز والبرامج المعيارية يمكنهما أن يبتكرا نتائج فريدة تمامًا، مثل الشخصية الفردية في تفردّها. وفي نفس الوقت الذي ندش فيه

بتفرد الناتج النهائي، فإننا ندesh بالجهاز الذي يمثل البناء الأساسى للنسق وبالبرامج التى تمثل لغة نوعية ووظائف يمكن استخدامها. ودون هذا المرج للعناصر لا يتم ناتج نهائى. فإذا أخذنا هذه المماثلة خطوة أخرى، فكما أن الحاسب أصبح أكثر تعقيدا مثل عقول النسق الداخلة، فإن البرامج أصبحت تزداد أهمية وقادرة على أن تحقق تنوعا متزايدا فى الوظائف، وبطريقة المماثلة فإن ارتفاع المخ الإنسانى مكن من تزايد الوسع للتفكير والشعور والسلوك بطرق مختلفة. ورغم أن تأثير المورثات يظل قويا، فإننا نستطيع أن نتشكل بطرق شديدة فى التنوع من خلال الثقافة والخبرات الفريدة.

المطابقة - التثبيت^(١)، والاستقرار - التغير

كما لاحظنا فى الفصلين (٦ و ١١)، يهتم علماء الشخصية بمدى مطابقة الشخصية وكيف يحدث التغير. من الواضح أن المورثات تضع حدودا على النتائج لكنها لا تثبتها. والقيود التى تضعها المورثات قد تكون واسعة أو ضيقة، مما يعتمد على الخصال المتضمنة. وبالمثل فإن الخبرات الأولى تبدو مهمة ولكنها كلها لا تحدد خصال الشخصية. إذ يعتمد تأثير الخبرة المبكرة على شدة الخبرة، ومدة استمرارها، وأنواع الخبرات التالية التى حدثت. فالشخص الذى أسىء معاملته باتساق فى طفولته عبر عدد ممتد من السنوات، والذى لم يتلق رعاية أفضل فى المراهقة يكون معرضا للاضطراب. ومع ذلك فإن للعوامل الجبلية (الوراثية) تلعب دورا فى ناتج هذه الخبرات، وتوفر أقل قدر من الخبرة الإيجابية والنماذج يمكن أن ترحع الارتفاع إلى الاتجاه الأكثر إيجابية، وخاصة إذا كانت الخبرات الأخيرة أكثر إيجابية وتبنى على أى خبرات إيجابية مبكرة (Garmeys, 1993; Rbins & Rutter, 1990).

ويبدو أن معظم علماء نفس الشخصية لديهم استعداد للنظر إلى الشخصية على

(١) Malleability, Fixity

أنها مطاوعة نسبيًا أو تمتع نسبيًا، على أنها معرضة للتغير، أو على أنها أساسًا مستقرة، مما يرجع إلى المورثات و/أو الخبرة الأولى. ومع ذلك نحن نعلم في الحقيقة القليل حول الظروف الهامشية لما هو ممكن في ارتقاء الشخصية، وحول العوامل التي تحدد مسارًا للارتقاء أو مسارًا آخر. نحن نعرف أن بعض الأشخاص يظلون نسبيًا يسمون بالثبات عبر الزمن، بينما يتغير آخرون تغيرًا شديدًا. ونحن نعلم أن بعض الخبرات تحدث أثرًا مستمرًا، على الأقل على بعض الأشخاص، بينما يكون أثر خبرات أخرى عابرًا. ولكن لماذا تكون بعض الخبرات شديدة القوة ويكون تأثير خبرات أخرى عابرًا؟ هذا لم نفهمه حتى الآن. وكما أوحى بعض علماء النفس، قد تلعب أحداث الصدفة دورًا كبيرًا فيما نعتقد حاليًا.

والقصصا مشابهة في التعقيد فيما يتصل بعمليات المعير العلاجي الذي تمت مناقشته في الفصل (١١) وبعض علماء الشخصية شديدو التقاول فيما يتصل بإمكان التغيير العلاجي، بينما آخرون أكثر تشككًا. وكل منهم يستطيع أن يشير إلى دليل يؤيد وجهة نظره، إلا أننا في الواقع ملزنا لا نستطيع أن نعرف ماذا يمكن تغييره في الشخصية وكيف. أي ما الذي يمكن تغييره بهذه المناهج. والإجابات العامة غير شافية، تمامًا كما أنه ليس هناك معنى للحديث عن كون الشخصية مطاوعة أو ثابتة. ووجود دليل أنه على الأقل يمكن تغيير بعض جوانب الشخصية بطرق إيجابية، وخاصة في ظل سياق مساند وعلاقات إيجابية، وأشعر أن الوجدان (الانفعالات) أكثر صعوبة في التغيير من المعارف (المعتقدات) ولسوكيت. لكن حقيقة الأمر هو أننا مارلنا نعرف القليل نسبيًا حول عمليات التغيير. على الأقل من خلال استطاعتنا أن نقول بثقة إن إجراء علاجيًا نوعيًا سوف ينتج عن نتائجات علاجية نوعية، على الأقل بالنسبة لبعض الأفراد. ورغم تزايد الجهود لوصف علاجات لصعوبات نفسية نوعية، وإلى حد كبير فإن جهودنا تبذل أكثر على نوع الاعتقاد وعلى المحاولة والخطأ. أي أن مختلف المعالجين يعتقدون أن جهودهم علاجية، ويوجه عام لى درجه من الجاح مع بعض المرضى. ومع ذلك لماذا نجحوا، ومع

أى مرضى، أو لماذا تنقسم الإجراءات التي يستخدمها بعض المعالجين لأنها شديدة الكفاءة، على حين إذا استخدمها معالجون آخرون تكون أقل كفاءة، هذا أمر شير مفهوم.

وباختصار، كما هو الحال في الخلاف بين الشخص - والموقف، والطبع - والنطبع، ينبغي أن نتجنب الحديث من مواضع أيديولوجية فيما يتصل بالخلاف على المطاوعة - الثبات. فيما يتصل بالخلاف حول الشخص - الموقف، رأينا أن السؤال يحتاج إلى إعادة صياغته لتوضيح كيف يتفاعل كل من الأشخاص والمواقف لكي يؤدي هذا إلى الملوك. وبالمثل فسيما يتصل بالخلاف حول الطبع - والنطبع، فإن السؤال يحتاج إلى أن يصاغ لإبراز كيف يتفاعل كل من الطبع - والنطبع، المورثات - والبيئة؛ لإنتاج الشخصيات التي نشاهدها. وعلى هذا ففي الخلاف على المطاوعة - الثبات يجب أن يستعد لمركز استباها على نوع الخبرات أو الإجراءات العلاجية التي تؤثر في إحداث تغير، على الأقل لدى بعض الأشخاص أكثر من آخرين.

والذي تم الإيحاء به هو أن نظل نشكك في عناوين الصحف أو برامج التلفزيون التي توحى بإجابات سهلة على الأسئلة الصعبة، إجابات مثل "المزاج يتسم بالثبات" أو أنه "تبين أن العلاج النفسي غير فعال".

وهذا يوحى بأننا نقدر تعقيد الأسئلة الموحية، ونتبحة لهذا أن الفهم وحده للعمليات الداخلة هو الذي يؤدي إلى إجابات عن الأسئلة التي نهتمها.

مدى الملاءمة^(١) وتركيز الملاءمة: القيد^(٢) والدقة.

نرجع هنا إلى مفاهيم ظهرت في عدد من الأماكن في هذا الكتاب. وهي نعيدنا في الحصول على صورة أكثر تفصيلا للمبار. وروجا المفاهيم المستخدمة: مدى الملاءمة وتركيز الملاءمة، والقيد والدقة، داتا صلة كلاهما يوحيان بأنه في تقويم

Convenience (١)

Bandwidth (٢)

النظريات وتقدير حيل الفياس، ينبغي أن نضع في حسابنا مدى الطواهر التي تعطيها وأكثر المناطق قابلية للتطبيق. فالنسبة للزوج الأول من المفاهيم، فإن بعض نظريات الشخصية وبعض حيل التقدير أكثر شمولاً من البعض الآخر، أى أن لها مدى أكثر من الملاءمة أو قيذاً أكثر. لا شك أن الشمول^(١) ملحق مرغوب في النظرية أو في علمية التقويم، لكن هذا ليس هو المحك الوحيد للتقويم. إذ إن محكاً آخر يتمثل في تقدير التفاصيل، أو دقة التنبؤ، أى نوع التركيز على ما هو ملائم أو دقيق. وللأسف، فإنه في ميدان الشخصية فإن هذين الملمحين المرغوبين يستبعد أحدهما الآخر. فالنظريات الشاملة إلى الشخصية تكون غالباً ضعيفة في التفاصيل وفي البحوث المتصلة بها، على حين أن النظرية الثرية في التفاصيل توفر فقط تغطية محدودة لظواهر الشخصية. وبالمثل، فإن حيل تقدير الشخصية الواسعة تكون غالباً أضعف كثيراً في قوتها التنبؤية، فيما يتصل بمهام معينة أو عمل معين بالمقارنة بمقاييس صممت لمهمة معينة، أو عمل معين في الذهن. ويبدو لى أن كثيراً من الفروق بين علماء الشخصية تتضمن تفضيلاً لمدى الملاءمة أو تركيزاً للملاءمة، وبالنسبة للقيد أو الدقة. فالبعض مهتم بالصورة الكلية والآخرين يهتمون بأجزاء نوعية. ويوجد أفراد ينظرون إلى أحد كروت اختبار الرورشاخ ليقع الحبر، ويركزون في بقعة الحبر ككل، على حين يركز آخرون على تفاصيل صغيرة. وبالمثل فإننى أشعر أن هناك علماء نفس شخصية يفضلون النظرة الكبيرة الشاملة للأشياء، على حين أن آخرين يفضلون التركيز على جوانب معينة من أداء الشخصية.

وأهمية مفاهيم: مدى الملاءمة- وتركيز الملاءمة، والقيد والدقة، أنها تسمح لنا أن نميز الفروق بين النظريات وحيل التقدير؛ وبالتالي تسمح لنا أن نميز جوانب القوة والضعف لدائل النظريات وحيل التقدير أكثر من أن نقول إن إحداها أفضل

من الأخرى، وأر نكون فى موضع يمكننا أن نقارن التفاح والبرتقال، مما يجعلنا فى موضع يمكننا من أن نضع فى الحسبان نظريات ومقاييس الشخصية من خلال كل من العمومية والتنوعية، ومن خلال كل من جوانب القوة وجوانب الضعف. فمثلاً فى الفصل (١١) لاحظنا أن ميدان العلاج بعيداً عن التركيز على ملائمة نظرية السمة، ولكنه جزء من التركيز على ملائمة نظرية التحليل النفسى. وعدد مقارنة نظريات الشخصية ومقاييسها وتقويمها نريد دائماً أن نضع فى ذهننا مسائل العمومية والتنوعية، ومدى الملائمة - وتركيز الملائمة، والقيود والدقة.

الجوانب الاجتماعية والسياسية للشخصية: النظرية والبحث

نتناول هنا موضوعاً لم يتم تطويره فى الكتاب، يتصل بالى أى حد تأثرت نظريات الشخصية ومقاييسها بقوى سائدة فى المجتمع وقت ظهورها. ويتضمن الموضوع كذلك النظر فى التصميمات الاجتماعية والسياسية لمختلف النظريات ونتائج البحث. ومن المنظور الشعبى ينظر إلى العلم على أنه يتضمن سعياً موضوعياً نحو الحصف، وينظر إلى العلماء على أنهم أفراد عقلانيون تماماً، على الأقل فى جهودهم العلمية، ومع ذلك فإن واقع الأمر أن العلماء يتأثرون بالقوى الاجتماعية السائدة فى الوقت الذى يجرون فيه بحوثهم. أكثر من هذا، فإن نتائج العلماء لها تضمينات سياسية (Pervin, 2002). فعلماء الطبيعة الذين كانوا يعملون فى القنبلة الذرية لم يكونوا محايدين حول عملهم، أو فكرة الاستمرار لمحاولة إيجاد وسائل قوية للتخريب. والجمهور لم يكن محايداً إزاء آراء "داروين"، وآراء فرويد فى المرأة نشأت فى وقت معين وداخل سياق اجتماعى خاص. وقد وجهت الحركة النسائية الحديثة النقد لهذه الآراء. وهذا يبرز خطأ الأفكار الشائعة عن العلم بوصفه موضوعياً تماماً وعقلانياً، ولا علاقة له بالسياسة.

أود أن أعرض بإيجاز ثلاثة أمثلة لهذا الموضوع الأول يتصل بقضية العروق فى الكاء. فى بحث أوصيت طلابى بقراءته بوصفه واحداً من أكثر الكتب

التي كتبت في الميدان توجهاً اجتماعياً يعرض "كامين" (Kamin, 1974) تاريخ مفهوم الذكاء وتاريخ اختبارات الذكاء في أمريكا. وقد اتجهت للجهود المبكرة في مجال قياس الذكاء نحو تكوين أداة تشخيصية عملية يمكن استخدامها في وصف الجهود العلاجية، بالنسبة للأفراد ذوي الدرجات المنخفضة، بعبارة أخرى كان التركيز على التغيير والمساعدة. وقد تم هذا العمل على يد "الفريد بينيه" Binet في فرنسا في القرن العشرين (١٩٠٥)، ومع ذلك فإن رواد حركة القياس العقلي في أمريكا اشتركوا مع مقياس بينيه في مفهوم الذكاء الفطري. ووفقاً لـ "كامين" فإن هذا الربط بين نسبة الذكاء والذكاء الفطري تتلام مع النظرة السييسوبانية لهؤلاء الرواد، وخاصة الآراء التي تذهب إلى أن أعضاء بعض الجماعات العرقية^(١) والعنصرية^(٢) كانوا فطرياً أكثر ذكاء من أعضاء جماعات أخرى عرقية وعنصرية. ويوحى "كامين" أن هذه الآراء أصبحت خلال العشرينيات مرتبطة بقرارات مهمة تتصل بالسياسة الاجتماعية والفعل الاجتماعي. وكانت تستخدم اختبارات الذكاء لإثبات أن أعداداً من المهاجرين اليهود والمجر والإيطاليين والروس كانوا ضعاف عقول! وكان قادة حركة القياس العقلي يدعون أنهم يقيسون الذكاء للولادى أو الذكاء الفطري أكثر مما يقيسون التعرض للعادات الأمريكية أو البيئات المتميزة. والغرض العنصرى يوحى بأنه كلما انخفض الدم الجرمانى كلما انخفض مستوى الذكاء. بالمقابل ووفقاً لـ "كامين" فإن بيانات اختبارات الذكاء لعبت دوراً في تمرير قانون الهجرة لسنة ١٩٢٤ الذى يعرض حصصاً صممت لوضع قيود على هجرة الأشخاص المثنيين بيولوجياً من جنوب أوروبا. وبعبارة أخرى استخدمت "الحقائق" العلمية لتأييد وجهات نظر اجتماعية وسياسية. وفي سنة ١٩٩٤ استخدمت "حقائق" تتصل بمطابقة الذكاء في شرح للفروق بين الطبقات الاقتصادية ولتبرير إتمام برامج تربوية خاصة (Herrnstein & Murray, 1994).

Ethnic (١)

Racial (٢)

والمثال الثاني يتضمن العلم والفروق بين الجنسين. وهنا نعود إلى بحث كتبه "شيلدرز" (Shields, 1975) يحلل الاهتمام بعلم نفس الفروق بين الرجال والنساء خلال للمدة بين سنة ١٨٥٠ و١٩٣٠. واهتم بوجه خاص بحقيقة أن البحوث أثناء هذه المدة، كانت تجرى أساساً من خلال رجال، وكان ينظر إلى النساء وفقاً لعلاقتهم بمعايير الذكور أكثر مما ينظر إليهن كمواضيع للبحث في حد ذاتها. ووفقاً لـ "شيلدرز" كانت النظرة الاجتماعية المائدة هي أن النساء أدنى عقلياً من الرجال، ومن ثم ترك لرجال العلم اكتشاف المحددات الفسيولوجية الخاصة بكفاءة النساء (نفس المرجع ١٩٧٥، ص: ٧٤٠). أولاً كان الاعتقاد السائد هو أن الرجال يتفوقون على النساء لأن مخهم أكبر. واستدلوا على هذا بأن دماغهم كانت أكبر، وذهبوا إلى أبعد من هذا، فقد تم قياس حجم الدماغ لدى كل من الذكور والإناث، ووجد فعلاً أن دماغ الرجال أكبر.

ومع ذلك أثبتت عدة مشكلات، أولها: لا توجد علاقة بين حجم المخ والذكاء عبر الأنواع إذ إن كثيراً من الحيوانات ذات الرؤوس الكبيرة والأمخاخ الكبيرة، أثبتت دليلاً ضعيفاً فيما يتصل بارتفاع الذكاء. ولكن ماذا عن حجم المخ بالنسبة لحجم الجسم، في مقابل الحجم المطلق للمخ؟ وهنا وفقاً لـ "شيلدرز" توجه البيانات أن النساء يملكن مخاً أكبر نسبياً من الرجال. ولكن ماذا عن الحجم النسبي لأجزاء المخ في مقابل إجمالي المخ؟ لم تؤد البحوث المتصلة بالفروق بين الذكور والإناث في أجزاء المخ إلى نتائج مريحة للباحثين. ومع ذلك فقد استمرت المطاردة بالتنمية للكثير، مع تركيز النظر نحو العثور على فروق تشريحية تميز الرجال. ويوحى "شيلدرز" أنه وجد تحيز من ناحية من الذي يقوم بالبحث، وكيف تصاغ أسئلة البحث، وأي نتائج كانت تقبل. فالنتائج التي تؤيد الرأي الاجتماعي المقبول كانت تقبل دون مراجعة، على حين أن النتائج التي تتحدى الرأي الاجتماعي المقبول كان بوجه إليها النقد، وترفض أو تعرض لكل أنواع النقد المنهجي.

المثال الثالث يتمثل في الخلاف المتصل بوجهة النظر الحالية التي يعبر عنها

علماء وريثة السلوك وعلماء نفس التطور. وهناك صورة بارزة في مجال الوراثة السلوكية أخذت نظرة منطرفة "للتطبع" ونوحى بأن معظم الأطفال ينشئون لكي يكونوا مختلفين فرديًا على أساس هرديتهم العلية⁽¹⁾:

إن تربية الأطفال في أسرة معينة، وليس في أسرة أخرى، وفي نطاق الأسر الممتلئة في العينة يؤدي إلى القليل من الفروق في شخصياتهم وارتقائهم العقلي. ونوحى البيانات أن الليئات التي يورثها معظم الولدين لأسائهم لها أثر فارغ قليل على هؤلاء الأبناء. ومعظم الأسر تزود أبناءها ببيئات مساندة بدرجة كافية أكثر مما تحته للفروق للفردية (Scarr, 1992, p. 3).

وقد هوجم هذا الرأي من اثنين من علماء النفس الارتقائي، افترضوا أن دلائل عديدة تشير إلى أن ما يفعله الوالدار، أو يفشلان في فعله، يؤثر تأثيرًا حاسمًا في الارتقاء (Baumirind, 1993; J.F. Jackson, 1993). أكثر من هذا فقد هوجم هذا الرأي بسبب تضميناته على السياسة العامة بما في ذلك تمويل برامج التدخل. وبعبارة أخرى، تم التعبير عن المقصود بأنه إذا كانت المعتقدات العامة هو أن نتائج الارتقاء ترجع تمامًا إلى عوامل وراثية، فسوف يكون هناك دعم قليل لبرامج التدخل البيئي.

وكل من هذه النماذج الثلاثة يتصل بقضية التطبع - للتطبع، إلا أن هذه ليست القضية الوحيدة التي يختلف حولها علماء نفس الشخصية، أو ليست فقط القضية الوحيدة التي لها تصميمات اجتماعية وسياسية. ورغم الكفاح والجد المبذول في هذه القضية، فإن أهمية القوى الاجتماعية والسياسية، بالإضافة إلى بحوث الشخصية في تشكيل السياسة العامة، تمتد إلى ما يتجاوز قضية التطبع والتطبع. والنقطة هنا هي الحاجة إلى زيادة الحساسية للقوى الاجتماعية والسياسية التي تؤثر على وتنتشر نظرية الشخصية وبحوثها.

مجالات حالية للاهتمام:

رغم أنه بذلت محاولة في هذا الكتاب لتقديم الميدان كما يوجد حاليًا، لكي يكون معاصرًا على قدر الإمكان، فقد حان الوقت الآن للنظر في مناطق الاهتمام البارزة. ويبدو لي أن أربع مناطق ذات أهمية خاصة للمستقبل الحالي في الميدان: علم الحياة بوجه عام، وعلم الأعصاب^(١) بوجه خاص، ودراسة الشخصية في سياق ثقافي، والتأكيد على الجوانب الإيجابية للشخصية، ومحاولة التقارب أو التكامل بين مختلف المناظير النظرية. ويبدو أن الميدانين الأولين قد ظهرت أهميتهما كجزء من الميدان، ويرجح استمرار الاهتمام بهما في المستقبل. أما الميدانان الأخيران فهما غير مؤكدتين.

ويشهد ميدان علم الحياة بوجه عام وعلم الأعصاب بوجه خاص نموًا مفاجئًا. وقد ترتب هذا أساسًا على التطورات التكنولوجية من خلال تحديد مورثات معينة ومناطق نشاط المخ أثناء القيام بأنواع من الأداء المعرفي والانفعالي. وقد حاولت خلال هذا الكتاب تحديد الصلات بين البحوث في هذه المنطقة للاهتمام وبين المناطق التقليدية لبحوث الشخصية. ومن رأيي أنه لا مجال للسؤال حول أن أنواع التقدم التي حدثت في هذه المنطقة شديدة الأهمية. وفي نفس الوقت تذكر نوعًا من الحذر من أن نتأكد من القضية المفهومية الأساسية موضع الاهتمام. وتتصل ملحوظة الحذر بإمكان المبالغة في التبسيط. فداء الشخصية معقد، ويتم غالبًا محاولة التبسيط الشديد لهذا التعقيد من خلال محاولات الربط بين مورثات وحيدة ببعض خصائص الشخصية، أو الربط بين أجزاء معددة من المخ بأنواع من النشاط المعرفي والانفعالي المعقد.

وكما ذكر من قبل في هذا الكتاب، فإن خصائص الشخصية تتأثر بنشاط مورثات متعددة وكذلك بالتفاعل بين هذا النشاط الوراثي مع أثر البيئة. كما أن وظائف المخ

كنسق تكون بين أجزاء فردية كثيرة تسهم في العمليات التي تتم للتفاعل الدينامي في علاقة كل منها بالآخر. وتتضمن القضية المفاهيمية الأوسع كيف تتكامل النتائج في هذه المناطق في ميدان الشخصية وبالمستوى الملائم من التحليل. والذي يهمنا هنا هو تحدى الإحاطة المعرفية بأنواع الارتقاء في هذه الميادين دون حمض الظواهر موضع الاهتمام إلى مجرد عملية مورثات أو مخ. وبعبارة أخرى، يتمثل التحدى في المستقبل، في قدرتنا على إحداث تكامل بين النتائج من مختلف مستويات التحليل (أي نسج الخلية، والعضو، والنسق، والكائن الحي) دون أن نقع فريسة للاختزالية^(١) (أي اختزال الظواهر من مستوى معين إلى عمليات في مستوى أدنى للتحليل) (Pervin, 2002) وف أجاد الفيلسوف "سيرل" (Searle, 2000) صياغة الموضوع كالتالي: كيف يسبب نشاط خلية في المشتبك العصبي خبرة سماع أسطوانة لبيتهوفن، أو رؤية وردة حمراء، أو حمل قم كيف سنقوم بدفع ضرائب دخلنا؟ (Searle, 2000, p. 45).

إن لدينا من يحاول أن يثبت أن علماء الحياة الجزئية يستعدون للتحرك إلى علم النفس والسيطرة على الميدان. واعتقد أن هذه هي الطريقة التي يجذب بها علم النفس شبابه (Silver, as quoted in: Weiner, 1999, p. 243). ومن ناحية أخرى يوجد آخرون مثل باندورا (Bandura, 2001) يوضحون بأنه يوجد قلق متزايد حول توجهه^(٢) مختلف حوائب علم النفس نحو علم الحياة. إن ميدان علم النفس ينبغي أن يجدد نظره واسعة للكائنات الإنسانية وليست نظرة اختزالية تجريبية، فالأحداث الذهنية تمثل نشاطاً للمخ، إلا أنه مادياً لا يتضمن هذا اختزالاً لعلم النفس إلى علم الحياة (Bandura, 2001, p. 18-9). وعلى هذا فإن التحدى الذي يواجه الميدان سيكون في التوفيق بين هاتين الوجهتين من النظر. المجال الآخر الذي له أهمية عظيمة هو الثقافة. وبينما يحاول علماء الحياة

Reductional sm^(١)

Divestiture^(٢)

والأعصاب تأكيد ما هو عام في الأداء الإنساني، وبما يوك علماء الحياة الحواس العامة (العلية) في الانفعال والمعرفة والأداء بين الأسخاص. يؤكد أصار الثقافة دور الثقافة في الطريقة التي نفكر بها وبشعر ويربطون كلاً منهم بالآخر (Pervin, 2002) وإذا كل المورث أو الخلية العصبية موضع اهتمام علماء الحياة وعلماء الأعصاب، فإن عالم المعاني هو الذي يهم أصار الثقافة. وعلى الأقل تبدو أهمية منى الثقافة في أنه يستخدم لتصحيح وجهة نظر يسلم بها الأمريكيون، وفي بعض الكليات الجامعية يسلم بها كل الطلبة. وقد رأينا أن خطأ العزو الأساسي قد لا يكون أساسياً، وأن الطريقة التي ينظر بها إلى الذات قد تختلف اختلافاً شديداً من ثقافة إلى أخرى. وفي المستقبل فإن البحوث الثقافية المقارنة ستكون جزءاً أساسياً من الميدان. ليس فقط باختبار الأفكار التي نشأت في الولايات المتحدة واختبارها في ثقافات أخرى، وإنما أيضاً أفكار نشأت في أماكن أخرى من العالم تستورد لفحصها.

والمنطقة الثالثة البازغة من الاهتمام هي ما أطلق عليه علم النفس الإيجابي⁽¹⁾ (Kahneman, Diener & Shwarz, 1999; Seligman & Csikszentmihaly, 2000; Sheldon & King, 2001; Snyder & Lopez, 2001). فبينما كان الميدان في الماضي يركز على الجوانب الإشكالية للأداء الإنساني (أى القلق والاكتئاب، والمرص والمعتقدات اللاعقلية) حدث تحول في التأكيد نحو جوانب القوة التي لدى الأشخاص، والمتعة التي يستمدونها من الحياة (أى الأمل، والحكمة، والهدف، والروحانية) وهذا التغير في التأكيد انعكس في بحوث مثل حسن الحال (Diener, 2000; Diener & Lucas, 1999)، وبحوث تحقيق الذات وتحقيق الإمكانيات البشرية (Ryan & Deci, 2001)، والحواس المعبدة من الأفعالات الإيجابية (Fredrickson, 2001)، وعممه سروه⁽²⁾

وقدرة الأفراد على التغلب على الصعوبات (Masten, 2001)، وبوجه عام على الحوانب الصحية للآداء النفسى للأشخاص (Ryff & Singer, 1998).

وهذا تحول مهم فى التأكيد، وتصحيح لما كان مبالغاً فيه من تأكيد على ما هو مَرصى فى أذاننا. ومع ذلك، سواء كان هذا هو الوجه الآخر من عملة ما هو مَرصى، أو شيئاً جديداً حقاً، وسواء كان هذا بداية لتراكم جسم من المعلومات يعاقل الاهتمام قصير المدى، فإن هذا يحتاج منا إلى بعض الانتظار.

وأخيراً، نأتى إلى هدف إحداث التقارب فى الميدان، أو التوفيق بين المواقع المتصارعة لعلماء السمة وعلماء النفس الاجتماعى المعرفى، التوفيق بين التأكيد على الاتساق والاستعداد، وما يناظره من تأكيد على التنوع الموقفى (Mischel & Shada, 1998). وكما أوضحنا فى الفصل (٣) فإن هذا يعد هدفاً رائعاً. ولكن كيف يتم إحداث هذا التكامل وما هى التوقعات التى تترتب عليه فى المستقبل القريب؟ وهنا -كما لاحظنا- فإن الصورة غير واضحة والنظرة إلى المستقبل القريب على أحسن تقدير غير مؤكدة. وعند هذه النقطة وبعد ثلاث سنوات من النداء الذى وجهته للاقتراب، لا أرى دليلاً على حركة فى هذا الاتجاه. والحق أننى غير متأكد أننا فى هذه النقطة لدينا الوحدات المفهومية لإحداث هذا التكامل، على الرغم من أن هذه الأهداف قدّمت كواحدة لهذه الإمكانية. وقد مرت المبادئ العلمية الأخرى بمراحل وجدت فيها وجهات نظرية متصارعة. وقد يسير الخلاف بين السمة والمعرفة الاجتماعية فى مساره فى ميدان الشخصية. وسواء كانت نظرية المستقبل ستشبه أكثر نظرية أو أخرى أو تكون مختلفة عن كل منهما، يبقى هذا جزءاً من السر والإثارة التى يحملها المستقبل.

توقعات للمستقبل:

بعد هذا العرض للبحوث الحارية فى ميدان الشخصية، والنظر فى عدد من القضايا الواسعة، ماذا يمكن أن يقال حول مستقبل الميدان؟ إن وجهة نظرى متفائلة

حذر وصبر. إنها متفائلة في الاعتقاد في أن أسئلة مهمة تم توجيهها من علماء الشخصية، وبطريقة أدق، فإن سبائنا نابغا وموهوبا يزداد إقباله على الميدان. وهو نقاؤل حذر لأننا لم نتوصل بعد إلى تقدم مفاجئ. وتاريخ الميدان ملئ بالبدع^(١) المتصلة بموضوع أو آخر للبحث. أى أن التناول ينبغى أن يقويه إحساس بتاريخ الميدان وتقدير لمهمتنا- أى فهم وتفسير لأداء الشخصية الإنسانية. من أجل ذلك قلت إنى متفائل بتوؤة وصبر والصعوبة المهمة تتمثل فى أن هذه المكاسب ستأتى بطئنة. ولا يعنى هذا أن علماء الشخصية أضعف من علماء الفيزياء والكيمياء وعلم الحياة، وإنما نحن لم نستمر فى عملنا نفس المدد الطويلة التى عملوا خلالها. يضاف إلى هذا حكما قد يرى الكثيرون- أن تفرد القوى المؤثرة فى الأفراد، وفهم الشخصية الإنسانية يمثل مهمة أكثر صعوبة جداً من فهم الجراثيم أو العناصر أو المورثات، ومن أجل هذا فإننى متفائل بحذر وصبر نحو مستقبل الميدان.

ملخص الفصل:

- ١- تم تقديم تعريف للشخصية يؤكد على الجوانب المنظمة والمترابطة للأداء المعرفي، والتوجداني والسلوكي.
- ٢- نُظر إلى الاستراتيجيات العيادية والارتباطية والتحريبية كإسهامات ممكنة في المعرفة، ولا توجد استراتيجية في حد ذاتها أفضل من الأخرى. وبالمثل فإنه يُنظر إلى مختلف أنواع البيانات على أنها مفيدة في دراسة الشخصية، والبحث التوليقي الذي يتضمن عدة مفاهيم وعدة أنواع من البيانات مرغوبٌ لكنه صعب التنفيذ.
- ٣- تم الإبقاء بأننا نحتاج إلى تطوير نظرية للشخصية تعترف بكل من الاستقرار (الاتساق) والتنوع (النوعية الموقفية) أي بكل من الركود والتدفق في أداء الشخصية.
- ٤- يؤثر كل من المورثات والبيئة في إحداث تشابهات وفروق في الأشخاص. وتم التأكيد على أهمية الثقافة والوعي بمختلف الطرق التي تؤثر بها الثقافة في النظرة إلى الذات والتعبير عن الانفعال. وقد أفاد استخدام نوعين من المماثلات هما الكرة التي تتدحرج على أرض فسيحة، وجهاز الحاسب وبرامجه، في تقدير أهمية كل من الآثار الوراثية والبيئية.
- ٥- يوجد دليل على استقرار الشخصية عبر الزمن وكذلك على تغييرها. وعند هذه النقطة لا نستطيع أن نكون محددين للحدود الفاصلة بين الاستقرار والتغير، أو حول العمليات التي تسهم في الاستقرار والتغير.
- ٦- استخدمت مفاهيم الملاءمة - وتركيز الملاءمة، والقيّد - والدقة في التمييز بين نظريات الشخصية وحيل التقدير، وكذلك لتقويم جوانب قوتها وضعفها.
- يتأثر علماء نفس الشخصية بعوى اجتماعية وسياسية تؤثر في المجتمع.

بالإضافة إلى أن علماء نفس الشخصية يمكنهم التأثير في اتجاهات الجمهور والسياسة الاجتماعية.

- ٨- تم تحديد أربعة ميادين بارغة مهمة، هي: تكامل النتائج الناتجة عن بحوث علم الحياة بوجه عام وعلم الأعصاب بوجه خاص، مع الأجزاء التقليدية لعلم نفس الشخصية؛ والتأكيد على العروق الثقافية في المعنى ودورها في الانفعال والمعرفة والسلوك بين الأشخاص، والتأكيد على علم النفس الإيجابي، والتأكيد على إحداث تقارب أو تكامل بين وجهتي نظر السمة والمعرفة الاجتماعية.
- ٩- يعد فهم الأشخاص مهمة معقدة جداً، ورغم الصعوبة والافتقار للإجماع على نظرية معينة، فإن المرء يمكن أن يكون متفائلاً بحذر نحو مستقبل الميدان.

المراجع References

- Abramson, L. Y., Seligman, M. E. P., & Teasdale, I. D. (1978). Learned helplessness in humans: Critique and reformulation. *Journal of Abnormal Psychology*, 87, 49-74.
- Adams, H. E., Wright, L. W., & Lohr, B. A. (1996). Is homophobia associated with homosexual arousal? *Journal of Abnormal Psychology*, 105, 440-445.
- Ader, R. (2001). Psychoneuroimmunology. *Current Directions in Psychological Science*, 10, 94-98.
- Ainsworth, M. D. S., & Bowlby, J. (1991). An ethological approach to personality development. *American Psychologist*, 46, 333-341.
- Alexander, F. (1950). *Psychosomatic medicine*. New York: Norton.
- Alexander, F., & French, T. M. (1946). *Psychoanalytic therapy*. New York: Ronald.
- Allport, G. W. (1937). *Personality: A psychological interpretation*. New York: Holt, Rinehart and Winston.
- Allport, G. W. (1958). What units shall we employ? In G. Lindzey (Ed.), *Assessment of human motives* (pp. 239-260). New York: Holt, Rinehart and Winston.
- Allport, G. W. (1961). *Pattern and growth in personality*. New York: Holt, Rinehart and Winston.
- Allport, G. W., & Odbert, H. S. (1936). Trait-names: A psycho-lexical study. *Psychological Monographs*, 47 (1, Whole No. 211).
- Anastasi, A. (1958). Heredity, environment, and the question 'How?' *Psychological Reviews*, 65, 197-208.
- Andersen, S. M., & Berk, M. S. (1998). Transference in everyday experience: Implications of experimental research for relevant clinical phenomena. *Review of General Psychology*, 2, 81-120.

- Anisman, H., Zaharia, M. D., Meaney, M. J., & Merali, Z. (1998). Do early-life events permanently alter behavioral and hormonal responses to stressors? *International Journal of Developmental Neuroscience*, 16, 149-164
- Aronson, E. (1992). The return of the repressed: Dissonance theory makes a comeback. *Psychological Inquiry*, 3, 303-311
- Aronson, E., & Mettee, D. R. (1968). Dishonest behavior as a function of differential levels of induced self-esteem. *Journal of Personality and Social Psychology*, 9, 121-127.
- Asendorpf, J. B., & van Aken, M. A. G. (1999). Resilient, overcontrolled, and undercontrolled personality prototypes in childhood: Replicability, predictive power, and the trait-type issue. *Journal of Personality and Social Psychology*, 77, 815-843
- Aspinwall, L. G., & Taylor, S. E. (1992). Modeling cognitive adaptation: A longitudinal investigation of the impact of individual differences and coping on college adjustment and performance. *Journal of Personality and Social Psychology*, 63, 989-1003.
- Atkinson, J. W., & McClelland, D. C. (1948). The projective expression of needs. II. The effect of different intensities of the hunger drive on Thematic Apperceptions. *Journal of Experimental Psychology*, 38, 643-658.
- Austin, J. T., & Vancouver, J. B. (1996). Goal constructs in psychology: Structure, process, and content. *Psychological Bulletin*, 120, 338-375
- Ayduk, O., Mendoza-Denton, R., Mischel, W., Downey, G., Peake, P. K., & Rodriguez, M. (2000). Regulating the interpersonal self: Strategic self-regulation for coping with rejection sensitivity. *Journal of Personality and Social Psychology*, 79, 776-792.
- Balay, J., & Shevlin, H. (1988). SPA is subliminal, but is it psychodynamically activating? *American Psychologist*, 44, 1423-1426.
- Baldwin, M. W. (1992). Relational schemes and the processing of social information. *Psychological Bulletin*, 112, 461-484

- Baldwin, M. W., Fehr, B., Keedian, E., Seidel, M., & Thomson, D. W. (1993). An exploration of the relational schemata underlying attachment styles: Self-report and lexical decision approaches. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 19, 746-754.
- Ball, S. A. (2001). Reconceptualizing personality disorder categories using personality trait dimensions. *Journal of Personality*, 69, 147-154.
- Banaji, M. R. (2001, January/February). Ordinary prejudice. *Psychological Science Agenda*, pp. 9-11.
- Banaji, M. R., & Crowder, R. G. (1989). The bankruptcy of everyday memory. *American Psychologist*, 44, 1185-1193.
- Bandura, A. (1977). Self-efficacy: Toward a unified theory of behavioral change. *Psychological Review*, 84, 191-215.
- Bandura, A. (1982). Self-efficacy mechanism in human agency. *American Psychologist*, 37, 122-147.
- Bandura, A. (1986). *Social foundations of thought and action: A social cognitive theory*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.
- Bandura, A. (1988). Self-efficacy conception of anxiety. *Anxiety Research*, 1, 77-98.
- Bandura, A. (1989a). Human agency in social cognitive theory. *American Psychologist*, 44, 1175-1184.
- Bandura, A. (1989b). Self-regulation of motivation and action through internal standards and goal systems. In L. A. Pervin (Ed.), *Goal concepts in personality and social psychology* (pp. 19-85). Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Bandura, A. (1990). Self-regulation of motivation through anticipatory and self-reactive mechanisms. *Nebraska Symposium on Motivation*, 38, 69-164.
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. New York: Freeman.
- Bandura, A. (1999). Social cognitive theory of personality. In L. A. Pervin & O. P. John (Eds.), *Handbook of personality: Theory and research* (pp. 154-196). New York: Guilford.

- Bandura, A. (2001) Social cognitive theory: An agentic perspective. *Annual Review of Psychology* 52, 1-26.
- Bandura, A., & Cervone, D. (1983) Self-evaluative and self-efficacy mechanisms governing the motivational effect of goal systems. *Journal of Personality and Social Psychology*, 45, 1017-1028.
- Bandura, A., Cioffi, D., Taylor, C. B., & Brouillard, M. E. (1988) Perceived self-efficacy in coping with cognitive stressors and opioid activation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 55, 479-488.
- Bandura, A., & Rosenthal, T. L. (1966). Vicarious classical conditioning as a function of arousal level. *Journal of Personality and Social Psychology*, 3, 54-62.
- Bandura, A., Ross, D., & Ross, S. (1963). Vicarious reinforcement and imitative learning. *Journal of Abnormal and Social Psychology*, 67, 601-607.
- Bandura, A., & Schunk, D. H. (1981). Cultivating competence, self-efficacy, and intrinsic interest. *Journal of Personality and Social Psychology*, 41, 586-598.
- Bandura, A., & Walters, R. H. (1963). *Adolescent aggression*. New York: Ronald Press.
- Bargh, J. A. (1989). Conditional automaticity: Varieties of automatic influence in social perception and cognition. In J. S. Uleman & J. A. Bargh (Eds.), *Unintended thought* (pp. 3-51). New York: Guilford.
- Bargh, J. A. (1992). Does subliminality matter to social psychology? In R. F. Bornstein & T. S. Pittman (Eds.), *Perception without awareness* (pp. 236-255). New York: Guilford.
- Bargh, J. A. (1997). The automaticity of everyday life. In R. S. Wyer, Jr. (Ed.), *The automaticity of everyday life: Advances in social cognition* (Vol. 10, pp. 1-61). Mahwah, NJ: Erlbaum.
- Bargh, J. A., & Chartrand, T. L. (1999) The unbearable automaticity of being. *American Psychologist* 54, 462-479.

- Bargh, J. A., Chen, M., & Burrows, L. (1996). Automaticity of social behavior. Direct effects of trait construct and stereotype activation on action. *Journal of Personality and Social Psychology*, 71, 230-244.
- Bargh, J. A. & Ferguson, M. J. (2000). Beyond behaviorism: On the automaticity of higher mental processes. *Psychological Bulletin*, 126, 925-945.
- Bargh, J. A., & Pietromonaco, P. (1982). Automatic information processing and social perception. The influence of trait information presented outside of conscious awareness on impression formation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 43, 437-449.
- Barlow, D. H. (2000). Unraveling the mysteries of anxiety and its disorders from the perspective of emotion theory. *American Psychologist*, 55, 1241-1263.
- Baron, R. A. (1987). Outlines of a grand theory. *Contemporary Psychology*, 32, 413-415.
- Bartholomew, K., & Horowitz, L. M. (1991). Attachment styles among young adults: A test of a four category model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61, 226-244.
- Bateson, P., & Hinde, R. A. (1987). Developmental changes in sensitivity to experience. In M. H. Bornstein (Ed.), *Sensitive periods in development* (pp. 19-34). Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Baumeister, R. F. (1990). Suicide as escape from self. *Psychological Review*, 97, 90-113.
- Baumeister, R. F. (1991). Shirking the self-burden: The psychological unity of some extreme habits. In R. F. Baumeister (Ed.), *Escaping the self: Alcoholism, spirituality, masochism, and other flights from the burdens of selfhood* (pp. 636-654). New York: Basic Books.
- Baumeister, R. F. (1998). The self. In D. T. Gilbert, S. T. Fiske, & G. Lindzey (Eds.), *The handbook of social psychology* (pp. 680-740). Boston: McGraw-Hill.

- Baumeister, R. F. (1999). On the interface between personality and social psychology. In L. A. Pervin & O. P. John (Eds.), *Handbook of personality: Theory and research* (pp. 367-377). New York: Guilford.
- Baumeister, R. F., Bratslavsky, E., Muraven, M., & Tice, D. M. (1998). Ego depletion. Is the active self a limited resource? *Journal of Personality and Social Psychology*, 74, 1252-1265.
- Baumeister, R. F., Dale, K., & Sommer, K. L. (1998). Freudian defense mechanisms and empirical findings in modern social psychology: Reaction formation, projection, displacement, undoing, isolation, sublimation, and denial. *Journal of Personality*, 66, 1081-1124.
- Baumeister, R. F., & Leary, M. R. (1995). The need to belong: Desire for interpersonal attachments as fundamental human motivation. *Psychological Bulletin*, 117, 497-529.
- Baumrind, D. (1993). The average expectable environment is not good enough: A response to Scarr. *Child Development*, 64, 1299-1317.
- Bechara, A., Damasio, H., Tranel, D., & Damasio, A. (1997). Deciding advantageous before knowing: the advantageous strategy. *Science*, 275, 1293-1295.
- Beck, A. T. (1987). Cognitive models of depression. *Journal of Cognitive Psychotherapy*, 1, 27.
- Beck, A. T. (1993). Cognitive therapy: Past, present, and future. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 61, 194-198.
- Beck, A. T., & Weishaar, M. (1995). Cognitive therapy. In R. Corsini & D. Wedding (Eds.), *Current psychotherapies* (pp. 229-261). Itasca, IL: Peacock.
- Bem, S. L. (1998). *An unconventional family*. New Haven, CT: Yale.
- Benjamin, J., Lin, L., Patterson, C., Greenberg, B. D., Murphy, D. L., & Hamer, D. H. (1996). Population and familial association between the D4

- dopamine receptor gene and measures of novelty seeking. *Nature Genetics* 12, 81-84.
- Benjamin, L. S. (1993). Dimensional, categorical, or hybrid analyses of personality. *Psychological Inquiry*, 4, 91-95.
- Bergman, L. R. (2000). Individual development and adaptation: Theoretical background and overview of the data collection *Reports from the IDA project*, 70. University of Stockholm, Sweden.
- Berlin, B., & Kay, P. (1969). Basic color terms: *Their universality and their evolution*. Berkeley: University of California Press
- Bernstein, E. M., & Putnam, F. W. (1986). Development, reliability and validity of a dissociation scale. *Journal of Nervous and Mental Disease*, 174, 727-735.
- Beutler, L. E. (2000). David and Goliath. *American Psychologist*, 55, 997-1007
- Bindra, D., & Scheier, I. H. (1954) The relation between psychometric and experimental research in psychology. *American Psychologist*, 9, 69-71
- Blatt, S. J., & Bers, S. A. (1993a) Commentary. In Z. V. Segal & S. J. Blatt (Eds.), *The self in emotional distress* (pp. 164-170) New York: Guilford
- Blatt, S. J., & Bers, S. A. (1993b) The sense of self in depression: A psychodynamic perspective. In Z. V. Segal & S. J. Blatt (Eds.), *The self in emotional distress* (pp. 171-210). New York: Guilford.
- Blatt, S. J., & Homann, E. (1992). Parent-child interaction in the etiology of dependent and self-critical depression. *Clinical Psychology Review*, 12, 47-91
- Block, J. (1971). *Lives through time*. Berkeley, CA: Bancroft.
- Block, J. (1993) Studying personality the long way. In D. C. Funder, R. D. Parke, C. Tomlinson-Keasey, & K. Widaman (Eds.), *Studying lives through time* (pp. 9-41). Washington, DC: American Psychological Association
- Block, J. (1995) A contrarian view of the five-factor approach to personality description. *Psychological Bulletin*, 117, 187-215

- Block, J., Gjerde, P. F., & Block, J. H. (1991). Personality antecedents of depressive tendencies in 18-year-olds: A prospective study. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60, 126-138.
- Block, J. H., & Block, J. (1980). The role of ego control and ego resiliency in the organization of behavior. In W. A. Collins (Ed.), *Development of cognitive, affect, and social relations: The Minnesota symposium in child psychology* (pp. 39-101). Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Bloom, B. S. (1964). *Stability and change in human characteristics*. New York: Wiley.
- Blum, K., Cull, J. G., Braverman, E. R., & Comings, D. E. (1996). Reward deficiency syndrome. *American Scientist*, 84, 132-145.
- Boldero, J., & Francis, J. (2000). The relation between self-discrepancies and emotion: The moderating roles of self-guide importance, location relevance, and social self-domain centrality. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78, 38-52.
- Boneau, C. A. (1992). Observations on psychology's past and future. *American Psychologist*, 47, 1586-1596.
- Booth, R. J., & Pennebaker, J. W. (2000). Emotions and immunity. In M. Lewis & J. M. Haviland-Jones (Eds.), *Handbook of emotions* (pp. 558-570). New York: Guilford.
- Boring, E. G. (1950). *A history of experimental psychology*. New York: Appleton-Century-Crofts.
- Borkenau, P., & Ostendorf, F. (1989). Descriptive consistency and social desirability in self- and peer reports. *European Journal of Personality*, 3, 31-45.
- Borkenau, P., Riemann, R., Angleitner, A., & Spinath, F. M. (2001). Genetic and environmental influences on observed personality: Evidence from the German observational study of adult twins. *Journal of Personality and Social Psychology*, 80, 655-668.

- Bornstein, M. H. (Ed.). (1987). *Sensitive periods in development*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Bornstein, M. H. (1989). Sensitive periods in development: Structural characteristics and causal interpretations. *Psychological Bulletin*, 105, 179-197.
- Bosson, J. K., & Swann, W. B., Jr. (May, 1998). *Explicit and implicit self-esteem and narcissism* Poster session presented at the 10th Annual Convention of the American Psychological Society, Washington, DC.
- Bosson, J. K., Swann, W. B., Jr., & Pennebaker, J. W. (2000). Stalking the perfect measure of implicit self-esteem: The blind men and the elephant revisited? *Journal of Personality and Social Psychology*, 79, 631-643.
- Bouchard, T. J., Jr., Lykken, D. T., McGue, M., Segal, N. L., & Tellegen, A. (1990). Sources of human psychological differences: The Minnesota study of twins reared apart. *Science*, 250, 223-250.
- Bouchard, T. J., Jr., & McGue, M. (1981). Familial studies of intelligence. A review. *Science*, 212, 1055-1059.
- Bower, G. H. (1981). Mood and memory. *American Psychologist*, 36, 129-148.
- Bowers, K. S. (1992). *The problem of consciousness* Paper presented at the annual meeting of the American Psychological Association, Washington, DC.
- Bowers, K. S., & Woody, E. Z. (1996). Hypnotic amnesia and the paradox of intentional forgetting. *Journal of Abnormal Psychology*, 105, 381-390.
- Brady, J. P., & Lind, D. I. (1961). Experimental analysis of hysterical blindness. *Behavior Research and Therapy*, 4, 331-339.
- Braungart, J. M., Plomin, R., DeFries, J. C., & Fulker, D. W. (1992). Genetic influence on tester-rated infant temperament as assessed by Bayley's Infant Behavior Record: Nonadoptive and adoptive siblings and twins. *Developmental Psychology*, 28, 40-47.
- Brehm, S. S. (1992). *Intimate relationships*. New York: McGraw-Hill.

- Bretherton, I. (1992). The origins of attachment theory: John Bowlby and Mary Ainsworth. *Developmental Psychology*, 28, 759-775.
- Briggs, S. R. (1989). The optimal level of measurement for personality constructs. In D. M. Buss & N. Cantor (Eds.), *Personality psychology: Recent trends and emerging direction* (pp. 246-260). New York: Springer-Verlag.
- Brown, J. D., & McGill, K. L. (1989). The cost of good fortune: When positive life events produce negative health consequences. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57, 1103-1110.
- Bruner, J. S. (1956). You are your constructs. *Contemporary Psychology*, 1, 355-356.
- Bruner, J. S. (1992). Another look at New Look 1. *American Psychologist*, 47, 780-783.
- Bruner, J. S., & Goodman, C. C. (1947). Value and need as organizing factors in perception. *Journal of Abnormal and Social Psychology*, 42, 33-44.
- Burnham, T., & Phelan, J. (2000). *Mean genes*. Cambridge, MA: Perseus.
- Buss, A. H. (1980). *Self-consciousness and social anxiety*. San Francisco: Freeman.
- Buss, A. H., & Plomin, R. (1975). *A temperament theory of personality development*. New York: Wiley Interscience.
- Buss, A. H., & Plomin, R. (1984). *Temperament: Early developing personality traits*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Buss, D. M. (1989). Sex differences in human mate preferences: Evolutionary hypotheses tested in 37 cultures. *Behavioral and Brain Sciences*, 12, 1-49.
- Buss, D. M. (1991). Evolutionary personality psychology. *Annual Review of Psychology*, 42, 459-492.
- Buss, D. M. (1995). Evolutionary psychology: A new paradigm for psychological science. *Psychological Inquiry*, 6, 1-30.

- Buss, D. M. (1999). Human nature and individual differences: The evolution of human personality. In L. A. Pervin, O. P. & John (Eds.), *Handbook of personality: Theory and Research* (pp. 31-56). New York: Guilford.
- Buss, D. M., Block, J. H., & Block, J. (1980). Preschool activity level: Personality correlates and developmental implications. *Child Development*, 51, 401-408.
- Buss, D. M., Larsen, R. J., Westen, D., & Semmelroth, J. (1992). Sex differences in jealousy: Evolution, physiology and psychology. *Psychological Science*, 3, 251-255.
- Butterworth, G. (1992). Origins of self perception in infancy. *Psychological Inquiry*, 3, 103-111.
- Buunk, B. P., Angleitner, A., Oubaid, V., & Buss, D. M. (1996). Sex differences in jealousy in evolutionary and cultural perspective. *Psychological Science*, 7, 359-363.
- Cacioppo, J. T., Berntson, G. G., Larsen, J. T., Poehlmann, K. M., & Ito, T. A. (2000). The psychophysiology of emotion. In M. Lewis & J. M. Haviland-Jones (Eds.), *Handbook of emotions* (pp. 173-191). New York: Guilford.
- Cacioppo, J. T., Berntson, G. G., Sheridan, J. F., & McClintock, M. K. (2000). Multilevel integrative analyses of human behavior: Social neuroscience and the complementing nature of social and biological approaches. *Psychological Bulletin*, 126, 829-843.
- Campbell, D. T. (1957). A typology of projective tests and otherwise. *Journal of Consulting Psychology*, 21, 207-210.
- Campbell, D. T., & Fiske, D. W. (1959). Convergent and discriminant validation by the multitrait-multimethod matrix. *Psychological Bulletin*, 56, 81-105.
- Canti, T., Zhao, Z., Desmond, J. E., Kang, E., Gross, J., & Gabrieli, J. D. E. (2001). An fMRI study of personality influences on brain reactivity to emotional stimuli. *Behavioral Neuroscience*, 115, 33-42.

- Cantor, N. (1990a). From thought to behavior: "Having" and "doing" in the study of personality and cognition. *American Psychologist*, 45, 735-750.
- Cantor, N. (1990b). Social psychology and sociobiology: What can we leave to evolution? *Motivation and Emotion*, 14, 242-254.
- Cantor, N. (1994). Life task problem solving: Situational affordances and personal needs. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 20, 235-243.
- Cantor, N., & Kihlstrom, J. F. (1987). *Personality and social intelligence*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
- Cantor, N., & Kihlstrom, J. F. (1989). Social intelligence and cognitive assessments of personality. *Advances in Social Cognition*, 2, 1-59.
- Cantor, N., & Langston, C. A. (1989). "Ups and downs" of life tasks in a life transition. In L. A. Pervin (Ed.), *Goal concepts in personality and social psychology* (pp. 127-167). Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Cantor, N., & Zirkel, S. (1990). Personality, cognition, and purposive behavior. In L. A. Pervin (Ed.), *Handbook of personality: Theory and research* (pp. 135-164). New York: Guilford.
- Caprara, G. V., & Cervone, D. (2000). *Personality: Determinants, dynamics, and potentials*. New York: Cambridge University Press.
- Camelley, K. B., Piemonaco, P. R., & Jaffe, K. (1994). Depression, working models of others, and relationships functioning. *Journal of Personality and Social Psychology*, 66, 127-140.
- Carson, R. C. (1969). *Interaction concepts of personality*. Chicago: Aldine.
- Carson, R. C. (1991). The social-interactional viewpoint. In M. Hersen, A. E. Kazdin, & A. S. Bellack (Eds.), *The clinical psychology handbook* (pp. 185-199). Elmsford, NY: Pergamon.
- Carver, C. S., Pozo, C., Harris, S. D., Noriega, V., Scheier, M. F., Robinson, D. S., Ketcham, A. S., Moffat, F. L., & Clark, K. C. (1993). How coping mediates the effect of optimism on distress: A study of women with early

stage breast cancer. *Journal of Personality and Social Psychology*, 65, 375-390.

Carver, C. S., Lawrence, I. W., & Scheier, M. F. (1999). Self-discrepancies and affect: Incorporating the role of feared selves. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 25, 783-792.

Carver, C. S., & Scheier, M. F. (1981). *Attention and self-regulation. A control theory approach to human behavior*. New York: Springer-Verlag.

Carver, C. S., & Scheier, M. F. (1990). Origins and functions of positive and negative affect: A control process view. *Psychological Review*, 97, 19-35.

Carver, C. S., & Scheier, M. F. (1998). *On the self-regulation of behavior*. New York: Cambridge university Press.

Carver, C. S., & Scheier, M. F. (1999). Stress, coping, and self-regulatory processes. In I. A. Pervin & O. P. John (Eds.), *Personality: Theory and research* (pp. 553-575). New York: Guilford.

Carver, C. S., & Scheier, M. F. (2000). *Perspectives on personality*. Boston: Allyn & Bacon.

Carver, C. S., & Scheier, M. F. (in press). Optimism. In C. R. Snyder (Ed.), *Coping: The psychology of what works*. New York: Oxford University Press.

Carver, C. S., Scheier, M. F., & Weintraub, I. K. (1989). Assessing coping strategies: A theoretically based approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56, 267-283.

Carver, C. S., Sutton, S. K., & Scheier, M. F. (2000). Action, emotion, and personality: Emerging conceptual integration. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 26, 741-751.

Carver, C. S., & White, T. L. (1994). Behavior inhibition, behavioral activation, and affective responses to impending reward and punishment: The BIS/BAS scales. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67, 319-

- Caspi, A. (1998) Personality development across the life course. In W. Damon (Ed.), *Handbook of child psychology* (Vol. 3, pp 311-388). New York: Wiley.
- Caspi, A. (2000) The child is father of the man: Personality correlates from childhood to adulthood. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78, 158-172.
- Caspi, A., & Roberts, B. (1999). Personality change and continuity across the life course. In L. A. Pervin & O. P. John (Eds.), *Handbook of personality. Theory and research* (pp. 300-326). New York: Guilford.
- Caspi, A., & Roberts, B. (2001). Personality development across the life Course. The argument for change and continuity. *Psychological Inquiry*, 12, 49-66.
- Caspi, A., & Silva, P. A. (1995). Temperamental qualities at age 3 predict personality traits in young adulthood: Longitudinal evidence from a birth cohort. *Child Development*, 66, 486-498.
- Cattell, R. B. (1943) The description of personality Basic traits resolved into clusters. *Journal of Abnormal and Social Psychology*, 38, 476-506.
- Cattell, R. B. (1945) The principal trait clusters for describing personality. *Psychological Bulletin*, 42, 129-161.
- Cattell, R. B. (1956) Validation and interpretation of the 16 P.F. questionnaire. *Journal of Clinical Psychology*, 12, 205-214.
- Cattell, R. B. (1965). *The scientific analysis of personality*. Baltimore. Penguin.
- Cat tell, R. B , & Eber, H. W (1962). *Handbook for the Sixteen P.F. Test*. Champaign, IL: IPAT.
- Cervone, D., Shadel, W. G., & Jencius, S. (2001). Social-cognitive theory of personality assessment. *Personality and Social Psychology Review*, 5, 33-51.
- Chambless, D. L., & Gillis, M. M. (1993). Cognitive therapy of anxiety disorders. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 61, 248-260.

- Chambless, D. L. & Ollendick, T. H. (2001). Empirically supported psychological interventions: Controversies and evidence. *Annual Review of Psychology*, 52, 685-716.
- Champagne, B., & Pervin, L. A. (1987). The relation of perceived situation similarity to perceived behavior similarity. Implications for social learning theory. *European Journal of Personality*, 1, 79-92.
- Chen, M., & Bargh, I. A. (1999). Consequences of automatic evaluation: Immediate behavioral predispositions to approach or avoid the stimulus. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 25, 215-224.
- Chen, C., Lee, S., & Stevenson, H. W. (1995). Response style and cross-cultural comparisons of rating scales among East Asian and North American students. *Psychological Science* 6, 170-175.
- Cheung, R. M., Leung, K., Fan, R. M., Song, W. Z., Zhang, J. X., & Zhang, J. P. (1996). Development of the Chinese Personality Assessment Inventory. *Journal of Cross Cultural Psychology*, 27, 181-199.
- Chiu, C., Hong, Y., & Dweck, C. S. (1997). Lay dispositionism and implicit theories of personality. *Journal of Personality and Social Psychology*, 73, 19-30.
- Christianson, S. A. (1992). Emotional stress and eyewitness memory: A critical review. *Psychological Bulletin*, 112, 284-309.
- Church, A. T. (2000). Culture and personality: Toward an integrated cultural trait psychology. *Journal of Personality*, 68, 651-703.
- Church, A. T. (2001). Personality measurement in cross-cultural perspective. *Journal of Personality*, 69, 955-978.
- Church, M. A., Elliot, A. J., & Gable, S. L. (2001). Perceptions of classroom environment, achievement goals, and achievement outcomes. *Journal of Educational Psychology*, 93, 43-54.
- Ciarrochi, J., Forgas, J. P. & Mayer, J. D. (Eds.). (2001) *Emotional intelligence in everyday life*. Philadelphia: Taylor & Francis

- Clark, D. A., Beck, A. T., & Brown, G. (1989). Cognitive mediation in general psychiatric outpatients: A test of the content-specificity hypothesis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56, 958-964.
- Clark, L. A. (1993). Personality disorder diagnosis: Limitations of the five-factor model. *Psychological Inquiry*, 4, 100-104.
- Clark, L. A., Vorhies, L., & McEwen, J. L. (1994). Personality disorder symptomatology from the five-factor model perspective. In P. T. Costa, Jr., & T. A. Widiger (Eds.), *Personality disorders and the five-factor model of personality* (pp. 95-116). Washington, DC: American Psychological Association.
- Clark, L. A., & Watson, D. (1991). General affective dispositions in physical and psychological health. In C. R. Snyder & D. R. Forsyth (Eds.), *Handbook of social and clinical psychology* (pp. 221-245). Elmsford, NY: Pergamon.
- Clark, L. A., & Watson, D. (1999). Temperament: A new paradigm for trait psychology. In L. A. Pervin & O. P. John (Eds.), *Handbook of personality: Theory and research* (pp. 399-423). New York: Guilford.
- Cloninger, C. R. (1986). A unified biosocial theory of personality and its role in the development of anxiety states. *Psychiatric Developments*, 3, 167-226.
- Cloninger, C. R. (1987). A systematic method for clinical description and classification of personality. *Archives of General Psychiatry*, 44, 573-588.
- Cloninger, C. R., Svrakic, D. M., & Przybeck, T. R. (1993). A psychobiological model of temperament and character. *Archives of General Psychiatry*, 50, 975-990.
- Coan, R. W. (1966). Child personality and developmental psychology. In R. B. Cattell (Ed.), *Handbook of multivariate experimental psychology* (pp. 737-752). Chicago: Rand McNally.
- Coats, E. J., Janoff-Bulman, R., & Alpert, N. (1996). Approach versus avoidance goals: Differences in self-evaluation and well-being. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 22, 1057-1067.

- Cofer, C. N. (1981). The history of the concept of motivation. *Journal of the History of the Behavioral Sciences*, 17, 48-53.
- Collins, N. L., & Read, S. J. (1990). Adult attachment, working models, and relationship quality in dating couples. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58, 644-663.
- Collins, W. A., Maccoby, E. E., Steinberg, L., Hetherington, E. M., & Bornstein, M. H. (2000). Contemporary research on parenting. The case for nature and nurture. *American Psychologist*, 55, 218-232.
- Colvin, C. R., & Block, J. (1994). Do positive illusions foster mental health? An examination of the Taylor and Brown formulation. *Psychological Bulletin*, 116, 3-20.
- Contrada, R. J., Cather, C., & O'Leary, A. (1999). Personality and health. Dispositions and processes in disease susceptibility and adaptation to illness. In L. A. Pervin & O. P. John (Eds.), *Handbook of personality: Theory and research* (pp. 576-604). New York: Guilford.
- Cooley, C. H. (1902). *Human nature and the social order*. New York: Scribner.
- Cooper, S. H. (1993). The self construct in psychoanalytic theory: A comparative view. In Z. Segal & S. I. Blatt (Eds.), *The self in emotional distress* (pp. 41-67). New York: Guilford.
- Corbitt, E. M. (1994). Narcissism from the perspective of the five-factor model. In P. T. Costa, Jr. & T. A. Widiger (Eds.), *Personality disorders and the five-factor model of personality* (pp. 199-203). Washington, DC: American Psychological Association.
- Corteen, R. S., & Wood, B. (1979). Autonomic responses to shock-associated words in an unattended channel. *Journal of Experimental Psychology*, 94, 308-313.
- Cosmides, L., & Tooby, J. (2000). Evolutionary psychology and the emotions. In M. Lewis & J. M. Haviland-Jones (Eds.), *Handbook of emotions* (pp. 91-115). New York: Guilford.

- Costa, P. T., Jr., & McCrae, R. R. (1985). *The NEO Personality Inventory manual*. Odessa, FL: Psychological Assessment Resources.
- Costa, P. T., Jr., & McCrae, R. R. (1987). Neuroticism, somatic complaints, and disease. Is the bark worse than the bite? *Journal of Personality*, 55, 299-316.
- Costa, P. T., Jr., & McCrae, R. R. (1988). From catalog to classification. Murray's needs and the five-factor model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 55, 258-265.
- Costa, P. T., Jr., & McCrae, R. R. (1992). *NEO-PI-R, Professional manual*. Odessa, FL: Psychological Assessment Resources.
- Costa, P. T., Jr., & McCrae, R. R. (1994). "Set like plaster?" Evidence for the stability of adult personality. In T. Heatherton & J. Weinberger (Eds.), *Can personality change?* (pp. 21-40). Washington, DC: American Psychological Association.
- Costa, P. T., Jr., & Widiger, T. A. (Eds.) (1994). *Personality disorders and the five-factor model of personality*. Washington, DC: American Psychological Association.
- Costa, P. T., Jr., & Widiger, T. A. (Eds.) (2002). *Personality disorders and the five-factor model of personality*. Washington, DC: American Psychological Association.
- Cousins, N. (1979). *Anatomy of an illness*. New York: Norton.
- Coyne, J. C., & Gottlieb, B. H. (1996). The mismeasure of coping by checklist. *Journal of Personality*, 64, 959-991.
- Craik, F. I. M., Moroz, T. M. N., Moscovitch, M., Stuss, D. T., Winocur, G., Tulving, E., & Kapur, S. (1999). In search of the self: A positron emission tomography study. *Psychological Science*, 10, 26-34.
- Craik, K. H. (1986). Personality research methods: An historical perspective. *Journal of Personality*, 54, 18-50.

- Cramer, P. (2000). Defense mechanisms in psychology today. *American Psychologist*, 55, 637-646.
- Cramer, P., & Davidson, K. (Eds.) (1998). Defense mechanisms in contemporary personality research [Special issue]. *Journal of Personality*, 66.
- Crits-Christoph, P. (1992). The efficacy of brief dynamic psychotherapy: A meta-analysis. *American Journal of Psychiatry*, 149, 151-158.
- Crocker, J., & Wolfe, C. T. (2001). Contingencies of self-worth. *Psychological Review*, 108, 593-623.
- Cronbach, L. J. (1957). The two disciplines of scientific psychology. *American Psychologist*, 12, 671-684.
- Cronbach, L. J., & Meehl, P. E. (1955). Construct validity in psychological tests. *Psychological Bulletin*, 52, 281-302.
- Cross, S. E., & Markus, H. R. (1990). The willful self. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 16, 726-742.
- Cross, S. E., & Markus, H. R. (1999). The cultural constitution of personality. In L. A. Pervin & O. P. John (Eds.), *Handbook of personality: Theory and research* (pp. 378-398). New York: Guilford.
- Csikszentmihalyi, M. (1975). *Beyond boredom and anxiety*. San Francisco, CA: Jossey-Bass.
- Dabbs, J. M., Jr. (2000). *Heroes, rogues, and lovers: Outcroppings of testosterone*. New York: McGraw-Hill.
- Dabbs, J. M., Jr., & Bernieri, F. J. (2001). Going on stage: Testosterone in greetings and meetings. *Journal of Research in Personality*, 35, 27-40.
- Damarin, F. L., & Cattell, R. B. (1968). Personality factors in early childhood and their relation to intelligence. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 33, 1-95.
- Damasio, A. R. (1994). *Descartes' error*. New York: Avon.
- Damasio, A. R. (1999). *The feeling of what happens: Body and emotion in the making of consciousness*. New York: Harcourt Brace.

- Damon, W., & Hart, D. (1988). *Self understanding in childhood and adolescence*. Cambridge, England: Cambridge University Press.
- Daniels, D., & Plomin, R. (1985) Differential experiences of siblings in the same family. *Developmental Psychology*, 21,747-760.
- Danner, D. D., Snowdon, D. A., & Friesen, W. V. (2001). Positive emotions in early life and longevity: Findings from the nun study *Journal of Personality and Social Psychology*, 80,804-813.
- Darwin, C. (1859) *The origin of the species*. London: Murray.
- Dashiell, J. F. (1939). Some rapprochements in contemporary psychology. *Psychological Bulletin*, 36, 1-24.
- Davidson, R. J. (1992). Emotion and affective style: Hemispheric substrates. *Psychological Science*, 3, 39-43.
- Davidson, R. J. (1998). Affective style and affective disorders: Perspectives from affective neuroscience. *Cognition and Emotion*, 12, 307-330
- Davidson, R. J. (1999) Biological bases of personality. In V. J. Derlega, B. A. Winstead, & W. H. Jones (Eds.), *Personality: Contemporary theory and research* (pp. 101-125). Chicago: Nelson-Hall.
- Davidson, R. J. (2000) Affective style, psychopathology, and resilience: Brain mechanisms and plasticity *American Psychologist*, 55,1196-1214.
- Davidson, R. J., Abercrombie, H. C., Nitschke, J., & Putnam, K. (1999). *Current Opinion in Neurobiology*, 9, 228-234.
- Davidson, R. J., Jackson, D. C., & Kalin, N. H. (2000). Emotion, plasticity, context, and regulation: Perspectives from affective neuroscience. *Psychological Bulletin*, 126, 890-909
- Davidson, R. J., Pizzagalli, D., Nitschke, J. B., & Putnam, K. (2002). Depression: Perspectives from affective neuroscience. *Annual Review of Psychology*, 53,545-574.

- Davidson, R. J., Putnam, K. M., & Larson, C. L. (2000). Dysfunction in the neural circuitry of emotion regulation-A possible prelude to violence. *Science*, 289, 591-594.
- Davidson, R. J., Scherer, K. R., & Goldsmith, H. H. (Eds.). (2002). *Handbook of affective sciences*. New York: Oxford University Press.
- Davis, G. D., & Millon, T. (1993). The five-factor model for personality disorders: Apt or misguided? *Psychological Inquiry*, 4, 104-109.
- Davis, P. J., & Schwartz, G. E. (1987). Repression and the inaccessibility of affective memories. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52, 155-162.
- Davidson, G. C., & Neale, J. M. (1994). *Abnormal psychology: An experimental clinical approach*. New York: Wiley.
- Dean, K. E., & Malamuth, N. M. (1997). Characteristics of men who aggress sexually and of men who imagine aggressing: Risk and moderating variables. *Journal of Personality and Social Psychology*, 72, 449-455.
- DeAngelis, T. (1993, November). APA panel is examining memories of child abuse. *American Psychological Association Monitor*, p.44.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The "what" and "why" of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, 11, 227-268.
- Degler, C. (1991). *In search of human nature*. New York: Oxford University Press.
- DeNeve, K. M., & Cooper, H. (1998). The happy personality: A meta-analysis of 137 personality traits and subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 124, 197-229.
- Depue, R. A. (1996). A neurobiological framework for the structure of personality and emotion. Implications for personality disorders. In J. Clarkin & M. Lenzenweger (Eds.), *Major theories of personality disorders* (pp. 347-390). New York: Guilford.

- Depue, R. A., & Collins, P. F. (1999). Neurobiology of the structure of personality: Dopamine, facilitation of incentive motivation, and extraversion. *Behavioral and Brain Sciences*, 22, 212-232.
- Diener, C. I., & Dweck, C. S. (1978). An analysis of learned helplessness: Continuous changes in performance, strategy and achievement cognitions following failure. *Journal of Personality and Social Psychology*, 36, 451-462.
- Diener, C. I., & Dweck, C. S. (1980). An analysis of learned helplessness: The processing of success. *Journal of Personality and Social Psychology*, 39, 940-952.
- Diener, E. (2000). Subjective well-being. *American Psychologist*, 55, 34-43.
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The Satisfaction With Life Scale. *Journal of Personality Assessment*, 49, 71-75.
- Diener, E., & Lucas, R. E. (1999). Personality and subjective well-being. In D. Kahneman, E. Diener, & N. Schwarz (Eds.), *Well-being: The foundations of hedonic psychology* (pp. 213-229). New York: Russell Sage Foundation.
- Dienstbier, R. (Ed.). (1990). *Nebraska symposium on motivation*. Lincoln: University of Nebraska Press.
- Diven, K. (1937). Certain determinants in the conditioning of anxiety reactions. *Journal of Psychology*, 3, 291-308.
- Dodge, K. A. (1993). Social-cognitive mechanisms in the development of conduct disorder and depression. *Annual Review of Psychology*, 44, 559-584.
- Dodge, K. A. (2000). Conduct disorder. In A. Sameroff, M. Lewis, & S. M. Miller (Eds.), *Handbook of developmental psychopathology* (pp. 447-463). New York: Guilford.
- Dollard, J., & Miller, N. E. (1950). *Personality and psychotherapy*. New York: McGraw-Hill. Don't sell thick diapers in Tokyo. *New York Times*, October 3, 1993, p. D9.

- Doucet, C., & Stelmack, R. M. (2000). An event-related potential analysis of extraversion and individual differences in cognitive processing speed and response execution. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78, 956-964.
- Duncan, J., Seitz, R. I., & Kolodny, J. (2000). A neural basis for general intelligence. *Science*, 289, 457-460.
- Dunn, J., & Plomin, R. (1990). *Separate lives: Why siblings are so different*. New York: Basic Books.
- Dweck, C. S. (1999). *Self-theories: Their role in motivation, personality, and development*. Philadelphia: Psychology Press/Traylor & Francis.
- Eagle, M. N. (1987). The psychoanalytic and the cognitive unconscious. In R. Stern (Ed.), *Theories of the unconscious and theories of the self* (pp. 155-189). Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Eagle, M. N., Wolitzky, D. L., & Klein, G. S. (1966). Imagery: Effect of a concealed figure in a stimulus. *Science*, 18, 837-839.
- Eagly, A. H., & Wood, W. (1999). The origins of sex differences in human behavior. *American Psychologist*, 54, 408-423.
- Eaves, L. J., Eysenck, H. J., & Martin, N. G. (1989). *Genes, culture and personality: An empirical approach*. San Diego, CA: Academic.
- Ebstein, R. P., Novick, O., Umansky, R., Priel, B., Osher, Y., Blaine, D., Bennett, E., Newmanov, L., Katz, M., & Belmaker, R. (1996). Dopamine D4 receptor (D4DR) exon III polymorphism associated with the human personality trait of Novelty Seeking. *Nature Genetics*, 12, 78-80.
- Eccles, J. S., & Wigfield, A. (2002). Motivational beliefs, values, and goals. *Annual Review of Psychology*, 53, 109-132.
- Ekman, P. (1973). Cross-cultural studies of facial expression. In P. Ekman (Ed.), *Darwin and facial expression* (pp. 169-222). New York: Academic.
- Ekman, P. (1992a). An argument for basic emotions. *Cognition and Emotion*, 6, 169-200.

- Ekman, P. (1993) Facial expression and emotion. *American Psychologist*, 48, 384-392.
- Ekman, P. (1994). Strong evidence for universals in facial expressions: A reply to Russell's mistaken critique. *Psychological Bulletin*, 115, 268-287.
- Ekman, P., Friesen, W. V., O'Sullivan, M., Chan, A., Diacoyanni-Tarlatzus, I., Heider, K., Krause, R., Le Compte, W. A., Pitcairn, T., Ricci-Bitti, P. E., Scherer, K., Tomita, M., & Tzavaras, A. (1987). Universal and cultural differences in the judgment of facial expressions of emotion. *Journal of Personality and Social Psychology*, 53, 712-717.
- Elder, G. H., Jr. (1974) *Children of the Great Depression*. Chicago: University of Chicago Press.
- Elder, G. H., Jr. (1979). Historical change in life patterns and personality. In P. B. Baltes & O. G. Brim, Jr. (Eds.), *Life-span development and behavior* (pp. 117-159). New York: Academic.
- Elder, G. H., Jr., & Caspi, A. (1988) Economic stress: Developmental perspectives. *Journal of Social Issues*, 44, 25-45.
- Elkin, I., Shea, M. T., Watkins, J. T., Imber, S. D., Sotsky, S. M., Collins, J. F., Glass, D. R., Pitkonis, P. A., Leber, W. R., Docherty, J. P., Fiester, S. I., & Parloff, M. B. (1989). NIMH treatment of depression collaborative research program: I. General effectiveness of treatments. *Archives of General Psychiatry*, 46, 971-983.
- Ellenberger, H. F. (1970). *The discovery of the unconscious*. New York: Basic Books.
- Elliot, A. J. (1999) Approach and avoidance motivation and achievement goals. *Educational Psychologist*, 34, 169-189.
- Elliot, A. J., Chirkov, V. I., & Kim, Y., & Sheldon, K. M. (2001) A cross-cultural analysis of avoidance personal goals. *Psychological Science*, 12, 505-510.

- Elliot, A. J., & Church, M.A. (1997) A hierarchical model of approach and avoidance achievement motivation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 72, 218-232.
- Elliot, A. J., & Covington, M. V. (2001). Approach and avoidance motivation. *Educational Psychology Review*, 13, 73-92.
- Elliot, A. J., & Devine, P. G. (1994) On the motivational nature of cognitive dissonance Dissonance as psychological discomfort. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67, 382-394.
- Elliot, A. J., & Harackiewicz, I. M. (1996). Approach and avoidance achievement goals and intrinsic motivation: A mediational analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70, 461-475.
- Elliot, A. J., & McGregor, H. A. (2001) A 2 X 2 achievement goal framework. *Journal of Personality and Social Psychology*, 80, 501-519.
- Elliot, A. J., & Sheldon, K. M. (1997). Avoidance achievement motivation: A personal goals analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 73, 171-185.
- Elliot, E. S., & Dweck, C. S. (1988). Goals: An approach to motivation and achievement. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54, 5-12.
- Ellis, A., & Harper, R. A. (1975). *A new guide to rational living*. North Hollywood, CA: Wilshire.
- Emmons, R. (1999). *The psychology of ultimate concerns*. New York: Guilford.
- Emmons, R. A. (1986). Personal strivings: An approach to personality and subjective well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51, 1058-1068.
- Emmons, R. A. (1987). Narcissism: Theory and measurement. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52, 11-17.
- Emmons, R. A. (1989a). Exploring the relationship between motives and traits: The case of narcissism. In D. M. Buss & N. Cantor (Eds.), *Personality*

- psychology: Recent trends and emerging directions* (pp. 32-44). New York: Springer-Verlag.
- Emmons, R. A. (1989b). The personal striving approach to personality. In L. A. Pervin (Ed.), *Goal concepts in personality and social psychology* (pp. 87-126). Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Emmons, R. A. (1997). Motives and life goals. In R. Hogan, J. Johnson, & S. Briggs (Eds.), *Handbook of personality psychology* (pp. 485-512). New York: Academic Press.
- Emmons, R. A., & Diener, E. (1986). A goal-affect analysis of everyday situational choices. *Journal of Research in Personality*, 20, 309-326.
- Emmons, R. A., & King, L. A. (1988). Conflict among personal strivings: Immediate and long-term implications for psychological and physical well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54, 1040-1048.
- Emmons, R. A., King, L. A., & Sheldon, K. (1993). Goal conflict and the self-regulation of action. In D. W. Wegner & J. W. Pennebaker (Eds.), *Handbook of mental control* (pp. 528-551). Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.
- Epstein, S. (1973). The self-concept revisited, or a theory of a theory. *American Psychologist*, 28, 404-416.
- Epstein, S. (1983). A research paradigm for the study of personality and emotions. In M. M. Page (Ed.), *Personality: Current theory and research* (pp. 91-154). Lincoln: University of Nebraska Press.
- Epstein, S. (1990). Cognitive-experimental self-theory. In L. A. Pervin (Ed.), *Handbook of personality: Theory and research* (pp. 165-192). New York: Guilford.
- Epstein, S. (1992). The cognitive self, the psychoanalytic self, and the forgotten selves. *Psychological Inquiry*, 3, 34-37.
- Erdelyi, M. H. (1985). *Psychoanalysis. Freud's cognitive psychology*. New York: Freeman.

- Erdelyi, M. H. (2001). Defense processes can be conscious or unconscious. *American Psychologist*, 56, 761-762.
- Ericsson, K. A., & Simon, H. A. (1980). Verbal reports as data. *Psychological Review*, 87, 215-251.
- Ericsson, K. A., & Simon, H. A. (1993). *Protocol analysis: Verbal reports as data*. Cambridge, MA: MIT Press.
- Exner, J. E., Jr. (1993). *The Rorschach: A comprehensive system*. New York: Wiley.
- Eysenck, H. I. (1970). *The structure of human personality*. London: Methuen.
- Eysenck, H. J. (1977). Personality and factor analysis: A reply to Guilford. *Psychological Bulletin*, 84, 405-411.
- Eysenck, H. J. (1979). The conditioning model of neurosis. *Behavioral and Brain Sciences*, 2, 155-199.
- Eysenck, H. J. (1990). Biological dimensions of personality. In L. A. Pervin (Ed.), *Handbook of personality: Theory and research* (pp. 244-276). New York: Guilford.
- Eysenck, H. I. (1992). Four ways five factors are not basic. *Personality and Individual Differences*, 13, 667-673.
- Eysenck, H. J. (1993). Creativity and personality: Suggestions for a theory. *Psychological Inquiry*, 4, 147-178.
- Eysenck, H. J., & Eysenck, S. B. G. (1975). *Manual of the Eysenck Personality Questionnaire*. London: Hodder & Stoughton.
- Eysenck, H. J., & Martin, I. (Eds.) (1987). *Theoretical foundations of behavior therapy*. New York: Plenum.
- Eysenck, S. B. G., Eysenck, H. J., & Barrett, P. (1985). A revised version of the psychoticism scale. *Personality and Individual Differences*, 6, 21-29.
- Feather, N. T. (Ed.). (1982). *Expectations and actions: Expectancy-value models in psychology*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.

- Feeney, J. A., & Noller, P. (1990). Attachment style as a predictor of adult romantic relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58,281-291.
- Feinberg, T. (2001) *Altered egos: How the brain creates the self*. New York: Oxford
- Fenichel, O. (1945). *The psychoanalytic theory of neurosis*. New York: Norton.
- Fenigstein, A., Scheier, M. F., & Buss, A. H. (1975). Public and private self-consciousness: Assessment and theory. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 3,522-527
- Festinger, L. (1957) *A theory of cognitive dissonance*. Evanston, IL: Row. Peterson.
- Fisher, C. (1956). Dreams, images, and perception: A study of unconscious-preconscious relationships. *Journal of the American Psychoanalytic Association*, 4, 5-48.
- Fisher, C. (1960). Subliminal and supraliminal influences on dreams. *American Journal of Psychiatry*, 116, 1009-1017.
- Fisher, C. (1965) Psychoanalytic implications of recent research on sleep and dreaming. *Journal of the American Psychoanalytic Association*, 13, 197-303.
- Fleeson, W. (2001) Toward a Structure- and process-integrated view of personality: Traits as density distributions of states. *Journal of Personality and Social Psychology*, 80, 1011-1027.
- Fleming, J. H., & Rudman, L. A. (1993) Between a rock and a hard place: Self-concept regulating and communicative properties of distancing behaviors. *Journal of Personality and Social Psychology*, 64,44-59.
- Flink, C., Boggiano, A. K., & Barrett, M. (1990) Controlling teaching strategies: Undermining children's self-determination and performance. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59,916-924.

- Flynn, J. R. (1998). IQ gains over time: Toward finding the causes. In U. Neisser (Ed.), *The rising curve: Long-term gains in IQ and related measures* (pp. 25-66). Washington, DC: American Psychological Association.
- Folkman, S., Lazarus, R. S., Dunkel-Schetter, C., DeLongis, A., & Omen, R. (1986). The dynamics of a stressful encounter: Cognitive appraisal, coping, and encounter outcomes. *Journal of Personality and Social Psychology*, 50, 992-1003.
- Fong, G. T., & Markus, H. (1982). Self-schemas and judgments about others. *Social Cognition*, 1, 191-204.
- Ford, M. E. (1992). *Motivating humans*. Newbury Park, CA: Sage.
- Forer, B. R. (1949). The fallacy of personal validation: A classroom demonstration of gullibility. *Journal of Abnormal and Social Psychology*, 44, 118-123.
- Frank, J. D., & Frank, J. B. (1991). *Persuasion and healing* (3rd ed.). Baltimore: Johns Hopkins University Press.
- Frederickson, B. L. (2001). The role of positive emotions in positive psychology: The broaden-and-build theory of positive emotions. *American Psychologist*, 56, 218-226.
- Frese, M., & Sabini, J. (Eds.). (1985). *Goal directed behavior: The concept of action in psychology*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Freud, S. (1924). *A general introduction to psychoanalysis*. New York: PermaBooks (Boni & Liveright Edition).
- Funder, D. C. (1993). Judgments of personality and personality itself. In K. H. Craik, R. Hogan, & R. N. Wolfe (Eds.), *Fifty years of personality psychology* (pp. 207-214). New York: Plenum.
- Funder, D. C. (2001). Personality. *Annual Review of Psychology*, 52, 197-221.
- Funder, D. C., & Block, J. (1989). The role of ego-control, ego-resiliency, and IQ in delay of gratification in adolescence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57, 1041-1050.

- Funder, D. C., & Colvin, C. R. (1988). Friends and strangers: Acquaintanceship, agreement, and the accuracy of personality judgment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 55, 149-158.
- Funder, D. C., & Colvin, C. R. (1991). Explorations in behavioral consistency: Properties of persons, situations, and behaviors. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60, 773-794.
- Funder, D. C., & Dobroth, K. M. (1987). Differences between traits: Properties associated with interjudge agreement. *Journal of Personality*, 54, 528-550.
- Funder, D. C., Kolar, D. C., & Blackman, M. C. (1995). Agreement among judges of personality: Interpersonal relations, similarity, and acquaintanceship. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69, 656-672.
- Funder, D. C., Parke, R. D., Tomlinson-Keasey, C. A., & Widaman, K. (Eds.). (1993). *Studying lives through time: Personality and development*. Washington, DC: American Psychological Association.
- Gable, S. L., Reis, H. T., & Elliot, A. J. (2000). Behavioral activation and inhibition in everyday life. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78, 1135-1149.
- Gabrieli, J. D. (2001). Different dispositions, different brains. *APA Monitor*, February, p. 67.
- Gallup, G. G., Jr. (1970). Chimpanzees: Self-recognition. *Science*, 167, 86-87.
- Galton, F. (1869). *Hereditary genius*. London: Macmillan.
- Galton, F. (1883). *Inquiries into human faculty and its development*. London: Macmillan.
- Garnezy, N. (1993). Vulnerability and resilience. In D. Funder, R. D. Parke, C. Tomlinson-Keasey, & K. Widaman (Eds.), *Studying lives through time* (pp. 377-398). Washington, DC: American Psychological Association.
- Gemar, M. N. C., Segal, Z. V., Sagrati, S., & Kennedy, S. J. (2000). *Contributions of effortful and automatic measures of cognition to a risk marker for*

- Giesler, R. B., Josephs, R. A., & Swann, W. B., Jr. (1996). Self-verification in clinical depression: The desire for negative evaluation. *Journal of Abnormal Psychology*, 105, 358-368.
- Glassman, N. S., & Andersen, S. M. (1999). Activating transference without consciousness: Using significant-other representations to go beyond what is subliminally given. *Journal of Personality and Social Psychology*, 77, 1146-1162.
- Goldberg, L. R. (1981). Language and individual differences: The search for universals in personality lexicons. In L. Wheeler (Ed.), *Review of personality and social psychology* (pp. 141-165). Beverly Hills, CA: Sage.
- Goldberg, L. R. (1990). An alternative "description of personality" The big-five factor structure. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59, 1216-1229.
- Goldberg, L. R. (1993). The structure of phenotypic personality traits. *American Psychologist*, 48, 26-34.
- Goldberg, L. R. (2001). Analyses of Digman's child-personality data: Derivation of Big-Five factor scores from each of six samples. *Journal of Personality*, 69, 709-743.
- Goldsmith, T. H. (1991). *The biological roots of human nature*. New York: Oxford University Press.
- Gollwitzer, P. M., & Bargh, J. A. (Eds.). (1996). *The psychology of action*. New York: Guilford.
- Gosling, S. D. (2001). From mice to men: What can we learn about personality from animal research? *Psychological Bulletin*, 127, 45-86.
- Gosling, S. D., & John, O. P. (1999). Personality dimensions in nonhuman animals: A cross-species review. *Current Directions in Psychological Science*, 8, 69-75.

- Gough, H. G. (1987) *Administrators guide to the California Psychological Inventory*. Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press.
- Gould, E., Reeves, A. J., Graziano, M. S. A., & Gross, C. G. (1999) Neurogenesis in the neocortex of adult primates. *Science*, 286, 548-552.
- Gray, J. A. (1987) *The psychology of fear and stress*. Cambridge, England: Cambridge University Press.
- Greenberg, J. R., & Mitchell, S. A. (1983). *Object relations in psychoanalytic theory*. Cambridge, MA: Harvard University Press
- Greenberg, M. A., Wortman, C. B., & Stone, A. A. (1996). Emotional expression and physical health: Revising traumatic memories or fostering self-regulation? *Journal of Personality and Social Psychology*, 71, 588-602.
- Greenwald, A. G. (1992). Unconscious cognition reclaimed. *American Psychologist*, 47, 766-779.
- Greenwald, A. G., & Banaji, M. R. (1995). Implicit social cognition: Attitudes, self-esteem, and stereotypes. *Psychological Review*, 102, 4-27.
- Greenwald, A. G., & Farnham, S. D. (2000). Using the implicit association test to measure self-esteem and self-concept. *Journal of Personality and Social Psychology*, 79, 1022-1038.
- Greenwald, A. G., & Pratkanis, A. R. (1984) The self. In R. G. Wyer & T. K. Srull (Eds.), *Handbook of social cognition*. (Vol. 3, pp. 129-178). Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Greenwald, A. G., Spangenberg, E. R., Pratkanis, A. R., & Eskenazi, I. (1991). Double blind tests of subliminal self-help audiotapes. *Psychological Science*, 2, 119-122.
- Grinker, R. R., & Spiegel, I. P. (1945). *Men under stress*. Philadelphia: Baliston.
- Gross, I. I. (1999). Emotion and emotion regulation. In L. A. Pervin & O. P. John (Eds.), *Handbook of personality: Theory and research* (pp. 525-552). New York: Guilford.

- Gross, J. J., & John, O. P. (1997). Revealing feelings: Facets of emotional expressivity in self-reports, peer ratings, and behavior. *Journal of Personality and Social Psychology*, 72, 170-191.
- Grove, W. M., & Meehl, P. E. (1996). Comparative efficiency of informal (subjective, impressionistic) and formal (mechanical, algorithmic) prediction procedures: The clinical-statistical controversy. *Psychology, Public Policy, and Law*, 2, 293-323.
- Guarnaccia, P. I. I. (1997). A cross-cultural perspective on anxiety disorders. In S. Friedman (Ed.), *Cultural issues in the treatment of anxiety* (pp. 3-20). New York: Guilford.
- Guilford, I. P. (1975). Factors and factors of personality. *Psychological Bulletin*, 82, 802-814.
- Guthrie, E. R. (1935). *The psychology of learning* (2nd ed.). New York: Harper.
- Guthrie, E. R. (1952). *The psychology of learning*. New York: Harper.
- Gynther, M. D. (1972). White norms and black MMPIs: A prescription for discrimination? *Psychological Bulletin*, 78, 386-402.
- Gynther, M. D., & Green, S. B. (1980). Accuracy may make a difference, and does difference make for accuracy? *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 48, 268-272.
- Hall, C. S., & Lindzey, G. (1957). *Theories of personality*. New York: Wiley.
- Hamer, D. (1997). The search for personality genes: Adventures of a molecular biologist. *Current Directions in Psychological Science*, 6, 111-114.
- Hardin, C., & Banaji, M. R. (1993). The influence of language on thought. *Social Cognition*, 11, 277-308.
- Harkness, S., & Super, C. M. (2000). Culture and psychopathology. In A. J. Sameroff, M. Lewis, & S. M. Miller (Eds.), *Handbook of developmental psychopathology* (pp. 197-216). New York: Guilford.
- Harlow, H. F. (1953). Male monkeys, men and motive. *Psychological Review*, 60, 23-32.

- Harmon-Jones, E., & Allen, J. J. B. (1997). Behavioral activation sensitivity and resting frontal EEG asymmetry: Covariation of putative indicators related to risk for mood disorders. *Journal of Abnormal Psychology*, 106, 159-163.
- Harmon-Jones, E., & Allen, J. J. B. (1998). Anger and frontal brain activity: EEG asymmetry consistent with approach motivation despite negative affective valence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74, 1310-1316.
- Harris, C. R. (2000). Psychophysiological responses to imagined infidelity: The specific innate modular view of jealousy reconsidered. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78, 1082-1091.
- Harris, C. R. (2002). Sexual and romantic jealousy in heterosexual and homosexual adults. *Psychological Science*, 13, 7-12.
- Harris, J. R. (1998). *The nurture assumption: Why children turn out the way they do*. New York: Free Press.
- Harter, S. (1999). *The construction of the self*. New York: Guilford.
- Hazan, C., & Shaver, P. R. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52, 511-524.
- Hazan, C., & Shaver, P. R. (1994). Attachment as an organizational framework for research on close relationships. *Psychological Inquiry*, 5, 1-22.
- Heatherton, T. F., & Baumeister, R. F. (1991). Binge eating as escape from self-awareness. *Psychological Bulletin*, 110, 86-108.
- Heider, E. R. (1972). Universals in color naming and memory. *Journal of Experimental Psychology*, 93, 10-20.
- Heimpel, S. A., Wood, J. V., Marshall, M. A., & Brown, J. D. (2002). Do people with low self-esteem really want to feel better? Self-esteem differences in motivation to repair negative moods. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82, 128-147.
- Heine, S. J., Kitayama, S., Lehman, D. R., Takata, T., Ide, E., Leung, C., & Matsumoto, H. (2001). Divergent consequences of success and failure in

- Japan and North America: An investigation of self improving motivations and malleable selves. *Journal of Personality and Social Psychology*, 81, 599-615.
- Heme, S. J., Lehman, D. R., Markus, H. R., & Kitayama, S. (1999). Is there a universal need for positive self-regard? *Psychological Review*, 106, 766-794.
- Helson, R. (1993). Comparing longitudinal studies of adult development: Toward a paradigm of tension between stability and change. In D. Funder, R. D. Parke, C. Tomlinson-Keasey, & K. Widaman (Eds.), *Studying lives through time* (pp. 93-120). Washington, DC: American Psychological Association.
- Helson, R., & Stewart, A. (1994). Personality change in adulthood. In T. F. Heatherton & J. L. Weinberger (Eds.), *Can personality change?* (pp. 201-225). Washington, DC: American Psychological Association.
- Henig, R. M. (2000). *The monk in the garden*. Boston: Houghton Mifflin.
- Herrnstein, R. J., & Murray, C. (1994). *The bell curve: Intelligence and class structure in American life*. New York: Free Press.
- Hess, A. K. (1992). Review of the NEO Personality Inventory. *Mental Measurements Yearbook*, 11, 603-605.
- Hetherington, E. M., Reiss, D., & Plomin, R. (Eds.). (1994). *Separate social worlds of siblings: Impact of nonshared environment on development*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Higgins, E. T. (1987). Self-discrepancy: A theory relating self and affect. *Psychological Review*, 94, 319-340.
- Higgins, E. T. (1989). Continuities and discontinuities in self-regulatory self-evaluative processes. A developmental theory relating self and affect. *Journal of Personality*, 57, 407-444.
- Higgins, E. T. (1997). Beyond pleasure and pain. *American Psychologist*, 52, 1280-3000.

- Higgins, E. T. (1999). Persons and situations. Unique explanatory principles or variability in general principles? In D. Cervone & Y. Shoda (Eds.), *The coherence of personality* (pp. 61-93). New York: Guilford.
- Higgins, E.T. (2000). Making a good decision: Value from fit. *American Psychologist*, 55,1217-1227.
- Higgins, E. T., Bond, R. N., Klein, R., & Strauman, T. (1986). Self-discrepancies and emotional vulnerability: How magnitude, accessibility, and type of discrepancy influence affect. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51, 5-15.
- Higley, J. D., Mehlman, P. T., Higley, S. B., Fernald, B., Vickers, J., Lindeli, S. G., Taub, D. M., Suomi, S. J., & Linnoila, M. (1996). Excessive mortality in young free-ranging male nonhuman primates with low cerebrospinal fluid 5-hydroxyindoleacetic acid concentrations. *Archives of General Psychiatry*, 53, 537-543.
- Hinkley, K., & Andersen, S. M. (1996). The working self concept in transference. Significant-other activation and self change. *Journal of Personality and Social Psychology*, 71, 1279-1295.
- Hiroto, D. S. (1974). Locus of control and learned helplessness. *Journal of Experimental Psychology*, 102, 187-193.
- Hoffman, L. W. (1991). The influence of the family environment on personality: Accounting for sibling differences. *Psychological Bulletin*, 110, 187-203.
- Hogan, J., & Ones, D. S. (1997). Conscientiousness and integrity at work. In R. Hogan, J. Johnson, & S. Briggs (Eds.), *Handbook of personality psychology* (pp. 849-870). San Diego, CA: Academic Press.
- Hogan, R. (1982). On adding apples and oranges in personality psychology. *Contemporary Psychology*, 27, 851-852.
- Hogan, R. (1991). Personality and personality measurement. In M. D. Dunnette & L. M. Hough (Eds.), *Handbook of industrial and organizational*

- psychology* (2nd ed., Vol. 2, pp. 873-919). Palo Alto, CA:Consulting Psychologists Press.
- Hollon, S. D., DeRubeis, R. J., & Evans, M. D. (1987). Causal mediation of change in treatment for depression: Discriminating between nonspecificity and noncausality. *Psychological Bulletin*, 102, 139-149.
- Hollon, S. D., Shelton, R. C., & Davis, D. D. (1993). Cognitive therapy for depression: Conceptual issues and clinical efficacy. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 61, 270-275.
- Horowitz, M. I. (Ed.). (1991). *Person schemas and maladaptive interpersonal patterns*. Chicago: University of Chicago Press.
- Hough, L. M. (1992). The "Big Five" personality variables-construct confusion: Description versus prediction. *Human Performance*, 5, 139-155.
- Hough, L. M., & Oswald, F. L. (2000). Personnel selection: Looking toward the future-Remembering the past. *Annual Review of Psychology*, 51, 631-664.
- Hull, C. L. (1943). *Principles of behavior*. New York: Appleton.
- Humphreys, L. G. (1992). Commentary: What both critics and users of ability tests need to know. *Psychological Science*, 3, 231-274.
- Humphreys, L. G., & Davey, T. C. (1988). Continuity in intellectual growth from 12 months to 9 years. *Intelligence*, 12, 183-197.
- Hundleby, I. D., Pawlik, K., & Cattell, R. B. (1965). Personality factors in objective test devices: A critical integration of a quarter of a century's research. San Diego, CA: Knapp.
- Hyman, S. (1999). Susceptibility and "second hits." In R. Conlan (Ed.), *States of mind* (pp. 24-28). New York: Wiley.
- Idson, L. C., & Mischel, W. (2001). The personality of familiar and significant people: The lay perceiver as a social-cognitive theorist. *Journal of Personality and Social Psychology*, 80, 583-596.

- Imber, S. D., Efkin, I., Watkins, J. T., Collins, J. F., Shea, M. T., Leber, W. R., & Glass, D. R. (1990). Mode-specific effects among three treatments for depression. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 58, 352-359.
- Ionescu, M. D., & Erdelyi, M. H. (1992). The direct recovery of subliminal stimuli. In R. Bornstein & T. S. Pittman (Eds.), *Perception without awareness* (pp. 143-169). New York: Guilford.
- Isen, A. M. (2000). Positive affect and decision making. In M. Lewis & I. M. Haviland-Jones (Eds.), *Handbook of emotions* (pp. 417-435). New York: Guilford.
- Iyengar, S. S., & Lepper, M. R. (1999). Rethinking the value of choice. A cultural perspective on intrinsic motivation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 76, 349-366.
- Izard, C. E. (1992). Basic emotions, relations among emotions, and emotion-cognition relations. *Psychological Review*, 99, 561-565.
- Izard, C. E. (1993a). Four systems for emotion activation: Cognitive and noncognitive processes. *Psychological Review*, 100, 68-90.
- Izard, C. E. (1993b). Organizational and motivational functions of discrete emotions. In M. Lewis & J. M. Haviland (Eds.), *Handbook of emotion* (pp. 631-641). New York: Guilford.
- Izard, C. E. (1994). Innate and universal facial expressions: Evidence from developmental and cross cultural research. *Psychological Bulletin*, 115, 288-299.
- Izard, C. E., & Ackennan, B. P. (2000). Motivational, organizational, and regulatory functions of discrete emotions. In M. Lewis & J. M. Haviland-Jones (Eds.), *Handbook of emotions* (pp. 253-264). New York: Guilford.
- Izard, C. E., Fine, S., Schultz, D., Mostow, A., Ackennan, B., & Youngstrom, E. (2001). Emotion knowledge as a predictor of social behavior and academic competence in children at risk. *Psychological Science*, 12, 18-23

- Izard, C. E., Libero, D. Z., Putnam, P., & Haynes, O. M. (1993). Stability of emotion experiences and their relations to traits of personality *Journal of Personality and Social Psychology*, 64, 847-860.
- Jackson, D. N. (1984) *Personality research form manual* (3rd ed.) Port Huron, MI. Research Psychologists Press.
- Jackson, D. N., & Messick, S. (1958). Content and style in personality assessment *Psychological Bulletin*, 55, 243-252
- Jackson, D. N., & Messick, S. (Eds.). (1967). *Problems in assessment*. New York: McGraw-Hill.
- Jackson, J. F. (1993). Human behavioral genetics, Scarr's theory, and her views on interventions: A critical review and commentary on their implications for African American children. *Child Development*, 64, 1318-1332.
- Jacoby, L. L., Allan, L. G., Collins, J. C., & Larwill, L. K. (1988). Memory influences subjective experience: Noise judgments. *Journal of Experimental Psychology*, 14, 240-247.
- Jacoby, L. L., & Kelley, C. M. (1992). A process-dissociation framework for investigating unconscious influences: Freudian slips, projective tests, subliminal perception, and signal detection theory. *Current Directions in Psychological Science*, 1, 174-179.
- Jacoby, L. L., Lindsay, D. S., & Toth, J. P. (1992). Unconscious influences revealed. *American Psychologist*, 47, 802-809.
- Jacoby, L. L., Toth, J. P., Lindsay, D. S., & Debnar, J. A. (1992). Lectures for a lay person: Methods for revealing unconscious processes. In R. F. Bornstein & T. S. Pittman (Eds.), *Perception without awareness* (pp. 81-120) New York: Guilford.
- James, W. (1890) *Principles of psychology*. New York: Holt.
- James, W. (1892) *Psychology Brief course* New York: Holt
- John, O. P. (1990). The "Big Five" factor taxonomy Dimensions of personality in the natural language and in questionnaires In L. A. Pervin (Ed.),

- Handbook of personality: Theory and research* (pp. 66-100). New York: Guilford.
- John, O. P., & Robins, R. W. (1994). Accuracy and bias in self-perception: Individual differences in self-enhancement and the role of narcissism. *Journal of Personality and Social Psychology*, 66, 206-219.
- John, O. P., & Srivastava, S. (1999). The Big Five: History, measurement, and development. In L. A. Pervin & O. P. John (Eds.), *Handbook of personality: Theory and research* (pp. 102-138). New York: Guilford.
- Jones, E. *The life and work of Sigmund Freud* (Vol. 1). New York: Basic Books, 1953.
- Jones, E. E., & Pulos, S. M. (1993). Comparing the process in psychodynamic and cognitive-behavioral therapies. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 61, 306-316.
- Kagan, J. (1988). The meanings of personality predicates. *American Psychologist*, 43, 614-620.
- Kagan, J. (1994). *Galen's prophecy*. New York: Basic Books.
- Kagan, J. (1999). Born to be shy? In R. Conlan (Ed.), *States of mind* (pp. 29-51). New York:
- Kagan, J. & Snidman, N. (1991a). Infant predictors of inhibited and uninhibited profiles. *Psychological Science*, 2, 40-44.
- Kagan, J. & Snidman, N. (1991b). Temperamental factors in human development. *American Psychologist*, 46, 856-862.
- Kahn, S., Zimerman, G., Csikszentmihalyi, M., & Getzels, J. W. (1985). Relations between identity in young adulthood and intimacy at midlife. *Journal of Personality and Social Psychology*, 49, 1316-1322.
- Kohneman, D., Diener, E., & Schwarz, N. (Eds.) (1999). *Well-being. The foundations of hedonic psychology*. New York: Russell Sage Foundation.
- Kamin, J. (1974). *The science and politics of I Q*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.

- Kanagawa, C., Cross, S. E., & Markus, H. R. (2001). "Who am I?" The cultural psychology of the conceptual self *Personality and Social Psychology Bulletin*, 27, 90-103.
- Katigbak, M. S., Church, A. T., & Akamine, T. X. (1996) Cross-cultural generalizability of personality dimensions: Relating indigenous and imported dimensions in two cultures *Journal of Personality and Social Psychology*, 70, 99-114.
- Katkin, E. S., Wiens, S., & Öhman, A. (2001). Nonconscious fear conditioning, visceral perception, and the development of gut feelings *Psychological Science*, 12, 366-370.
- Kazdin, A. (1994) Informant variability in the assessment of childhood depression. In W. M. Reynolds & H. F. Johnston (Eds.), *Handbook of depression in children and adolescents* (pp. 249-271). New York: Plenum.
- Kelly, G. A. (1955) *The psychology of personal constructs*. New York: Norton
- Kelly, G. A. (1958) Man's construction of his alternatives. In G. Lindzey (Ed.), *Assessment of human motives* (pp. 33-64) New York: Holt, Rinehart and Winston
- Keltner, D., & Ekman, P. (2000). Facial expression of emotion. In M. Lewis & J. M. Haviland Jones (Eds.), *Handbook of emotions* (pp. 236-251) New York: Guilford
- Kenny, D. A. (1994). *Interpersonal perception*. New York: Guilford.
- Kenrick, D. T. (1994). Evolutionary social psychology: From sexual selection to social cognition *Advances in Experimental Social Psychology*, 26, 75-121.
- Kenrick, D. T., & Funder, D. C. (1988). Profiting from controversy: Lessons from the person situation debate *American Psychologist*, 43, 23-34.
- Kenrick, D. T., Sadalla, E. K., Groth, G., & Trost, M. R. (1990) Evolution, traits, and the stages of human courtship. Qualifying the parental investment mode *Journal of Personality*, 58, 97-116.

- Kernberg, O. (1976). *Object relations theory and clinical psychoanalysis*. New York: Aronson.
- Kiecolt-Glaser, J. K., McGuire, L., Robles, T. F., & Glaser, R. (2002). New perspectives from psychoneuroimmunology. *Annual Review of Psychology*, 53,83-107.
- Kiecolt-Glaser, J. K., & Newton, T. L. (2001). Marriage and health: His and hers. *Psychological Bulletin*, 127,472-503.
- Kiesler, D. J. (1991). Interpersonal methods of assessment and diagnosis. In C. R. Snyder & D. R. Forsyth (Eds.), *Handbook of social and clinical psychology* (pp. 438-468). Elmsford, NY: Pergamon.
- Kihlstrom, J. F. (1987). The cognitive unconscious. *Science*, 237, 1445-1452.
- Kihlstrom, J. F. (1990). The psychological unconscious. In L. A. Pervin (Ed.), *Handbook of personality Theory and research* (pp. 445-464) New York: Guilford.
- Kihlstrom, J. F. (1992). Dissociation and dissociations: A commentary on consciousness and cognition. *Consciousness and Cognition*, 1,47-53
- Kihlstrom, J.F. (1999). The psychological unconscious. In L. A. Pervin & O. P. John (Eds.), *Handbook of personality: Theory and research* (pp. 424-442) New York: Guilford
- Kihlstrom, J. F., Barnhardt, T. M., & Tatarzyn, D. J. (1992). The cognitive perspective. In R. F. Bornstein & T. S. Pittman (Eds.), *Perception without awareness* (pp. 17-54). New York: Guilford.
- King, J. E., & Figueredo, A. J. (1997). The five-factor model plus dominance in chimpanzee personality. *Journal of Research in Personality*, 31, 257-271.
- King, L. A. (2001). The health benefits of writing about life goals. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 27, 798-807.
- King, L. A., & Miner, K. N. (2000). Writing about the perceived benefits of traumatic events: Implications for physical health. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 26, 220-230.

- Kitayama, S., & Markus, H. R. (1999). Yin and yang of the Japanese self: The cultural psychology of personality coherence. In D. Cervone & Y. Shoda (Eds.), *The coherence of personality* (pp. 242-302). New York: Guilford.
- Klein, G. S. (1951). The personal world through perception. In R. R. Blake & G. V. Ramsey (Eds.), *Perception: An approach to personality* (pp. 328-355). New York: Ronald.
- Klein, G. S. (1954). Need and regulation. In M. R. Jones (Ed.), *Nebraska symposium on motivation* (pp. 224-274). Lincoln: University of Nebraska Press
- Klein, S. B., & Kihlstrom, J. F. (1998). On bridging the gap between social-personality psychology and neuropsychology *Personality and Social Psychology Review*, 2, 228-242.
- Klein, S. B., Loftus, J., & Kihlstrom, J. F. (1996). Self-knowledge of an amnesic patient: Toward a neuropsychology of personality and social psychology. *Journal of Experimental Psychology: General*, 125, 250-260
- Klinger, E. (1977). *Meaning and void: Inner experience and the incentives in people's lives*. Minneapolis: University of Minnesota Press.
- Klohn, E. C. (1996). Conceptual analysis and measurement of the construct of ego resiliency. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70, 1067-1079.
- Kluft, R. P., & Fine, C. G. (Eds.). (1993). *Clinical perspectives on multiple personality disorder*. Washington, DC: American Psychiatric Press.
- Koestner, R., & McClelland, D. C. (1990). Perspectives on competence motivation. In L. A. Pervin (Ed.), *Handbook of personality: Theory and research* (pp. 527-548). New York: Guilford.
- Kohut, H. (1971). *The analysis of the self*. New York: International Universities Press.
- Kohut, H. (1977). *The restoration of the self*. New York: International Universities Press.

- Kopta, S. M., Lueger, R. J., Saunders, S. M., & Howard, K. I. (1999). Individual psychotherapy outcome and process research: Challenges leading to greater turmoil or positive transition? *Annual Review of Psychology*, 50, 441-469.
- Krosnick, J. A., Betz, A. L., Jussim, L. J., & Lynn, A. R. (1992). Subliminal conditioning of attitudes. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 18, 152-162.
- Krueger, R. F. (2000). Phenotypic, genetic, and nonshared environmental parallels in the structure of personality: A view from the Multidimensional Personality Questionnaire. *Journal of Personality and Social Psychology*, 79, 1057-1067.
- Krueger, R. F., Hicks, B. M., & McGue, M. (2001). Altruism and antisocial behavior: Independent tendencies, unique personality correlates, distinct etiologies. *Psychological Science*, 12, 397-402.
- Kuhl, J., & Beckman, J. (Eds.). (1985). *Action control from cognition to behavior*. New York: Springer Verlag.
- Kunda, Z. (1987). Motivated inference: Self-serving generation and evaluation of causal theories. *Journal of Personality and Social Psychology*, 53, 636-647.
- Kunst-Wilson, W. R., & Zajonc, R. B. (1980). Affective discrimination of stimuli that cannot be recognized. *Science*, 207, 557-558.
- Kurman, J. (2001). Self-enhancement: Is it restricted to individualistic cultures? *Personality and Social Psychology Bulletin*, 27, 1705-1716.
- La Guardia, J. G., Ryan, R. M., Couchman, C. E., & Deci, E. L. (2000). Within-person variation in security of attachment: A self-determination theory perspective on attachment, need fulfillment, and well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 79, 367-384.
- Larsen, J. T., McGraw, A. P., & Cacioppo, J. T. (2001). Can people feel happy and sad at the same time? *Journal of Personality and Social Psychology*, 81, 684-696.

- Larsen, R. J. (1991). Emotion. In V. J. Derlega, B. A. Winstead, & W. H. Jones (Eds.), *Personality* (pp. 407-432). Chicago: Nelson-Hall.
- Latane, B., & Darley, J. M. (1970). *The unresponsive bystander. Why doesn't he help?* New York: Appleton-Century-Crofts.
- Lau, R. R. (1982). Origins of health locus of control beliefs. *Journal of Personality and Social Psychology*, 42, 322-324.
- Lazarus, R. S. (1966). *Psychological stress and the coping process*. New York: McGraw-Hill.
- Lazarus, R. S. (1991). *Emotion and adaptation*. New York: Oxford University Press.
- Lazarus, R. S. (1993a). Coping theory and research: Past, present, and future. *Psychosomatic Medicine*, 55, 234-247.
- Lazarus, R. S. (1993b). From psychological stress to the emotions: A history of changing outlooks. *Annual Review of Psychology*, 44, 1-21.
- Lazarus, R. S. (1993c). Lazarus rise. *Psychological Inquiry*, 4, 343-357.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. New York: Springer-Verlag.
- Lecky, P. (1945). *Self-consistency: A theory of personality*. New York: Island.
- LeDoux, J. E. (1996). *The emotional brain*. New York: Simon & Schuster.
- LeDoux, J. E. (1999). The power of emotions. In R. Conlan (Ed.), *States of mind* (pp. 123-149). New York: Wiley.
- LeDoux, J. E., & Phelps, E. A. (2000). Emotional networks in the brain. In M. Lewis & J. M. Haviland-Jones (Eds.), *Handbook of emotions* (pp. 157-172). New York: Guilford.
- Lefcourt, H. M. (Ed.). (1984). *Research with the locus of control construct*. Orlando, FL: Academic.
- Lepore, F. E. (2001). Dissecting genius: Einstein's brain and the search for the neural basis of intellect. *Cerebrum*, 3, 11-26.

- Lepper, M. R., & Greene, D. (Eds.). (1978). *The hidden costs of reward*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Levy, B., & Langer, E. (1994). Aging free from negative stereotypes: Successful memory in China and among the American deaf. *Journal of Personality and Social Psychology*, 66, 989-997.
- Lewicki, P. (1985). Nonconscious biasing effects of single instances of subsequent judgments. *Journal of Personality and Social Psychology*, 48, 563-574.
- Lewin, K. A., Dembo, T., Festinger, L., & Sears, P. S. (1944). Level of aspiration. In J. McV Hunt (Ed.), *Personality and the behavior disorders* (pp. 333-378). New York: Ronald.
- Lewis, M. (1990a). Challenges to the study of developmental psychopathology. In M. Lewis & S. M. Miller (Eds.), *Handbook of developmental psychopathology* (pp. 29-40). New York: Plenum.
- Lewis, M. (1990b). Development, time, and catastrophe: An alternate view of discontinuity. In P. Baltes, D. L. Featherman, & R. Lerner (Eds.), *Life span development and behavior* (Vol. 10, pp. 325-350). Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Lewis, M. (1991, May). *Development, history and other problems of time*. Paper presented at the Jean Piaget Society meeting, Philadelphia.
- Lewis, M. (1992a). *Shame, the exposed self*. New York: Free Press.
- Lewis, M. (1992b). Will the real self or selves please stand up? *Psychological Inquiry*, 3, 123-124.
- Lewis, M. (1995). *Unavoidable accidents and chance encounters*. New York: Guilford.
- Lewis, M. (2001). Issues in the study of personality development. *Psychological Inquiry*, 12, 67-83.
- Lewis, M., & Brooks-Gunn, J. (1979) *Social cognition and the acquisition of self*. New York: Plenum.

- Lewis, M., Feiring, C., McGuffog, C., & Jaskir, J. (1984). Predicting psychopathology in six year olds from early social relations. *Child Development*, 55, 123-136.
- Lewis, M., & Haviland-Jones, J. M. (Eds.). (2000). *Handbook of emotions*. New York: Guilford.
- Lewis, M., Rosenthal, S., & Feiring, C. (2001). Attachment over time. *Child Development*, 71, 707-720.
- Lewis, M., Sullivan, M. W., & Brooks-Gunn, J. (1985). Emotional behavior during the learning contingency in early infancy. *British Journal of Developmental Psychology*, 3,307-316.
- Lieberman, M. D., Ochsner, K. N., Gilbert, D. T., & Schacter, D. L. (2001). Do amnesics exhibit cognitive dissonance reduction? The role of explicit memory and attention in attitude change. *Psychological Science*, 12, 135-140.
- Lilienfeld, S. O., Wood, J. M., & Garb, H. N. (2000). The scientific status of projective techniques. *Psychological Science in the Public Interest*, 1, 27-66.
- Little, B. R. (1989). Personal projects analysis: Trivial pursuits, magnificent obsessions, and the search for coherence. In D. M. Buss & N. Cantor (Eds.), *Personality psychology: Recent trends and emerging directions* (pp. 15-31). New York: Springer-Verlag.
- Little, B. R. (1999). Personality and motivation: Personal action and the conative revolution. In L. A. Pervin & O. P. John (Eds.), *Handbook of personality: Theory and research* (pp. 501-524). New York: Guilford.
- Livesley, W. J. (2001). Can the five-factor model adequately represent psychopathy? *Journal of Personality*, 69, 253-276.
- Locke, E. A., & Latham, G. P. (1990). *A theory of goal setting and task performance*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.

- Loeber, R., & Stouthamer-Loeber, M. (1998). Development of juvenile aggression and violence. *American Psychologist*, 53, 242-259.
- Loehlin, J. C. (1992) *Genes and environment in personality development*. Newbury Park, CA: Sage.
- Loftus, E. F. (1991) The glitter of everyday memory .. and the gold. *American Psychologist*, 46,16-18.
- Loftus, E. F. (1993). The reality of repressed memories. *American Psychologist*, 48, 518-537.
- Loftus, E. F., & Klinger, M. R. (1992). Is the unconscious smart or dumb? *American Psychologist*, 47, 761-765.
- Lopez, S. R., & Guarnaccia, P. J. J. (2000) Cultural psychopathology: Uncovering the social world of mental illness. *Annual Review of Psychology*, 51,571-598.
- Luborsky, L., Barber, J. P., & Beutler, L. (1993). Introduction to special section: A briefing on curative factors in dynamic psychotherapy *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 61, 539-541.
- Lykken, D. T. (1971). Multiple factor analysis and personality research. *Journal of Experimental Research in Personality*, 5, 161-170.
- Lykken, D. T., Bouchard, T. J., Jr., McGue, M., & Tellegen, A. (1993) Heritability of interests: A twin study. *Journal of Applied Psychology*, 78,649-661
- Lykken, D. T., McGue, M., Tellegen, A., & Bouchard, T. J., Jr. (1992). Emergenesis. Traits that do may run in families. *American Psychologist*, 47, 1565-1577
- Maccoby, E. E. (2000). Parenting and its effects on children: On reading and misreading behavior genetics *Annual Review of Psychology*, 51, 1-27
- MacDonald, D. A. (2000). Spirituality: Description, measurement, and relation to the five factor model of personality *Journal of Personality*, 68, 153-197

- Magnusson, D. (1992). Individual development. A longitudinal perspective *European Journal of Personality*, 6, 119-138.
- Magnusson, D. (1999a). Holistic interactionism: A perspective for research on personality development. In L. A. Pervin & O. P. John (Eds.), *Handbook of personality: Theory and research* (pp. 219-247). New York: Guilford.
- Magnusson, D. (1999b). On the individual: A person-oriented approach to developmental research. *European Psychologist*, 4, 205-218.
- Magnusson, D., Andersson, T., & Torestad, B. (1993). Methodological implications of a peephole perspective. In D. C. Funder, R. D. Parke, C. Tomlinson-Keasey, & K. Widaman (Eds.), *Studying lives through time* (pp. 207-220). Washington, DC: American Psychological Association
- Magnusson, D., & Bergman, L. R. (2000). Individual development and adaptation: The IDA program. In C. G. Janson (Ed.), *Seven Swedish longitudinal studies in the behavioral sciences* (pp. 115-139). Stockholm: Swedish Council for Planning and Coordination of Research
- Magnusson, D., & Torestad, B. (1993). A holistic view of personality: A model revisited. *Annual Review of Psychology*, 44, 427-452
- Malatesta, C. Z. (1990). The role of emotions in the development and organization of personality. *Nebraska Symposium on Motivation*, 36, 1-56.
- Marcel, A. (1983). Conscious and unconscious perception. Experiments on visual masking and word recognition. *Cognitive Psychology*, 15, 191-237.
- Marcia, J. E. (1966). Development and validation of ego-identity status. *Journal of Personality and Social Psychology*, 4, 551-558
- Marcia, J. E. (1980). Identity in adolescence. In J. Adelson (Ed.), *Handbook of adolescent psychology* (pp. 159-187). New York: Wiley
- Markus, H. (1977). Self schemata and processing information about the self. *Journal of Personality and Social Psychology*, 35, 63-78.
- Markus, H. (1990). The willful self. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 16, 726-742.

- Markus, H., & Kitayama, S. (1991). Culture and the self: Implications for cognition, emotion, and motivation. *Psychological Review*, 98, 224-253.
- Markus, H., & Kitayama, S. (1998). The cultural psychology of personality. *Journal of Cross-cultural Psychology*, 29, 63-87.
- Markus, H., Kitayama, S., & Heiman, R. (1996). Culture and basic psychological principles. In E. T. Higgins & A. W. Kruglanski (Eds.), *Social psychology: Handbook of basic principles* (pp. 857-913). New York: Guilford
- Markus, H., & Kunda, Z. (1986). Stability and malleability of self-concept. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51, 858-886.
- Markus, H., & Nurius, P. (1986). Possible selves. *American Psychologist*, 41, 954-969.
- Markus, H., & Ruvolo, A. (1989). Possible selves: Personalized representations of goals. In L. A. Pervin (Ed.), *Goal concepts in personality and social psychology* (pp. 211-241). Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Markus, H., & Sents, K. (1982). The self in social information processing. In J. Suls (Ed.), *Psychological perspectives on the self* (pp. 41-70). Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Martin, G. B., & Clark, R. D. (1982). Distress crying in neonates. Species and peer specificity. *Developmental Psychology*, 18, 3-9.
- Martin, R. A. (2001). Humor, laughter, and physical health: Methodological issues and research findings. *Psychological Bulletin*, 127, 504-519.
- Maruta, T., Colligan, R. C., Malinchoc, M., & Offord, K. P. (2000). Optimists vs pessimists: Survival rate among medical patients over a 30-year period. *Mayo Clinic Proceedings*, 75, 140-143.
- Masling, J. M. (1992). What does it all mean? In R. F. Bornstein & T. S. Putman (Eds.), *Perception without awareness* (pp. 259-276). New York: Guilford.
- Masling, J. M., & Bornstein, R. F. (Eds.). (1993). *Psychoanalytic perspectives on psychopathology*. Washington, DC: American Psychological Association.
- Maslow, A. H. (1954). *Motivation and personality*. New York: Harper.

- Maslow, A. H. (1968). *Toward a psychology of being*. Princeton, NJ: Van Nostrand.
- Maslow, A. H. (1971). *The farther reaches of human nature*. New York: Viking.
- Masten, A. S. (2001). Ordinary magic: Resilience processes in development. *American Psychologist*, 56, 227-238.
- Masuda, T., & Nisbett, R. E. (2001). Attending holistically versus analytically: Comparing the context sensitivity of Japanese and Americans. *Journal of Personality and Social Psychology*, 81, 922-934.
- Matsumoto, D. (1993). Ethnic differences in affect intensity, emotion judgments, display rule attitudes, and self-reported emotional expression in an American sample. *Motivation and Emotion*, 17, 107-123.
- Mayer, J. D., & Salovey, P. (1993). The intelligence of emotional intelligence. *Intelligence*, 17, 433-442.
- McAdams, D. P. (1988). *Intimacy, power, and the life history*. New York: Guilford.
- McAdams, D. P. (1992). The five-factor model in personality: A critical appraisal. *Journal of Personality*, 60, 329-361.
- McAdams, D. P. (2001). *The person*. New York: Harcourt.
- McCartney, K., Harris, M. J., & Bernieri, F. (1990). Growing up and growing apart: A developmental meta-analysis of twin studies. *Psychological Bulletin*, 107, 226-237.
- McClelland, D. C. (1951). *Personality*. New York: Sloane.
- McClelland, D. C. (1961). *The achieving society*. Princeton, NJ: Van Nostrand.
- McClelland, D. C. (1980). Motive dispositions: The merits of operant and respondent measures. *Review of Personality and Social Psychology*, 1, 10-41.
- McClelland, D. C., Atkinson, J. L., Clark, R., & Lowell, E. (1953). *The achievement motive*. New York: Appleton-Century-Crofts.

- McClelland, D. C., Koestner, R., & Weinberger, J. (1989). How do self-attributed and implicit motives differ? *Psychological Review*, 96, 690-702.
- McCrae, R. R. (1994). New goals for trait psychology. *Psychological Inquiry*, 5, 148-153.
- McCrae, R. R. (2001). Five years of progress: A reply to Block. *Journal of Research in Personality*, 35, 108-113.
- McCrae, R. R., & Costa P. T., Jr. (1990). *Personality in adulthood*. New York: Guilford.
- McCrae, R.R., & Costa, P. T., Jr., (1999). A five-factor theory of personality. In L. A. Pervin & O. P. John (Eds.), *Handbook of personality, Theory and research* (pp. 139-153). New York: Guilford.
- McCrae, R. R., Costa, P. T., Jr., del Pilar, G. H., Rolland, J-P., & Parker, W. D. (1998). Cross-cultural assessment of the five-factor model. The revised NEO Personality Inventory. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 29, 171-188.
- McCrae, R. R., Costa, P. T., Ostendorf, F., Angleitner, A., Hrebickova, M., Avia, M. D., Sanz, J., Sanchez-Bernardos, M. L., Kuzdil, M. E., Woodfield, R., Saunders, P. R., & Smith, P. B. (2000). Nature over nurture: Temperament, personality, and lifespan development. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78, 173-186.
- McCrae, R. R., & John, O. P. (1992). An introduction to the five-factor model and its applications. *Journal of Personality*, 60, 175-215.
- McDougall, W. (1930) *Hormic psychology*. In C. Murchison (Ed.), *Psychologies of 1930* (pp. 3-36). Worcester, MA: Clark University Press.
- McGue, M., Bouchard, T. J., Jr., Iacono, W. G., & Lykken, D. T. (1993). Behavioral genetics of cognitive ability: A life-span perspective. In R. Plomin & G. E. McClearn (Eds.), *Nature, nurture, and psychology* (pp. 59-76). Washington, DC: American Psychological Association.
- Mead, G. H. (1934). *Mind, self and society*. Chicago: University of Chicago Press.

- Meehl, P. E. (1954) *Clinical versus statistical prediction*. Minneapolis: University of Minnesota Press.
- Meehl, P. E. (1957). When shall we use our heads instead of a formula? *Journal of Counseling Psychology*, 4, 268-273.
- Mendel, G. (1865/1966). Experiments on plant hybrids. In C. Stern & E. R. Sherwood (Eds.), *The origins of genetics; A Mendel source book*. San Francisco: Freeman.
- Messer, S. B., & Warren, S. (1990). Personality change and psychotherapy. In L. A. Pervin (Ed.), *Handbook of personality; Theory and research* (pp. 371-398). New York: Guilford.
- Meyer, G. J. (2001). Introduction to the final special section in the special series on the utility of the Rorschach for clinical assessment. *Psychological Assessment*, 13, 419-422.
- Meyer, G. J., Finn, S. E., Eyde, L. D., Kay, G. G., Moreland, K. L., Dies, R. R., Eisman, E. J., Kubiszyn, T. W., & Reed, G. M. (2001). Psychological testing and psychological assessment. *American Psychologist*, 56, 128-165.
- Mikulciner, M., Florian, V., & Weller, A. (1993) Attachment styles, coping strategies, and post traumatic psychological distress. The impact of the Gulf War in Israel. *Journal of Personality and Social Psychology*, 64, 817-826.
- Miller, G. A., Galanter, E., & Pribram, K. H. (1960). *Plans and the structure of behavior*. New York: Holt, Rinehart and Winston.
- Miller, I. G. (1984). Culture and the development of everyday social explanation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 46, 961-978.
- Miller, I. G. (1999). Cultural psychology: Implications for basic psychological theory. *Psychological Science*, 10, 85-89.
- Miller, N. E. (1944). Experimental studies of conflict. In J. McV. Hunt (Ed.), *Personality and the behavior disorders* (pp. 431-465) New York: Ronald.

- Miller, N. E. (1951). Comments on theoretical models: Illustrated by the development of a theory of conflict behavior. *Journal of Personality*, 20, 82-100.
- Miller, S. M., & Schnoll, R. A. (2000). When seeing is feeling: A cognitive-emotional approach. In M. Lewis & I. M. Haviland Jones (Eds.), *Handbook of emotions* (pp. 538-557). New York: Guilford.
- Miller, S. M., Shoda, Y., & Hurley, K. (1996). Applying cognitive-social theory to health-protective behavior: Breast self-examination in cancer screening. *Psychological Bulletin*, 119, 70-94.
- Millon, T. (1981). *Disorders of personality*. New York: Wiley Interscience.
- Minaka, S. (1985). Animal models of anxiety-based disorders: Their usefulness and limitations. In A. H. Tuma & I. D. Maser (Eds.), *Anxiety and the anxiety disorders*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Minaka, S., Davidson, M., Cook, M., & Klein, R. (1984). observational conditioning of snake fear in rhesus monkeys. *Journal of Abnormal Psychology*, 93, 355-372.
- Mischel, W. (1968) *Personality and assessment*. New York: Wiley.
- Mischel, W. (1973). Toward a cognitive social learning reconceptualization of personality. *Psychological Review*, 80, 252-283.
- Mischel, W. (1990) Personality dispositions revisited and revised: A view after three decades. In L. A. Pervin (Ed.), *Handbook of personality: Theory and research* (pp. 111-134). New York: Guilford.
- Mischel, W. (1999) Personality coherence and dispositions in a cognitive-affective personality system (CAPS) approach. In D. Cervone & Y. Shoda (Eds.), *The coherence of personality* (pp. 37-60). New York: Guilford.
- Mischel, W., & Shoda, Y. (1995). A cognitive-affective system theory of personality: Reconceptualizing the invariances in personality and the role of situations. *Psychological Review*, 102, 246-286.

- Mischel, W., & Shoda, Y. (1998). Reconciling processing dynamics and personality dispositions. *Annual Review of Psychology*, 49, 229-258
- Mischel, W., & Shoda, Y. (1999). Integrating dispositions and processing dynamics within a unified theory of personality: The cognitive-affective personality system. In L. A. Pervin & O. P. John (Eds.), *Handbook of personality: Theory and research* (pp. 197-218). New York: Guilford.
- Molfese, V. J., & Molfese, D. L. (Eds.) (2000). *Temperament and personality development across the life span*. Mahwah, NJ: Erlbaum.
- Monson, T. C., Hesley, I. W., & Chemick, L. (1982). Specifying when personality traits can and cannot predict behavior: An alternative to abandoning the attempt to predict single-act criteria. *Journal of Personality and Social Psychology*, 43, 385-399.
- Mook, D. G. (1987). *Motivation*. New York: Norton.
- Morf, C. C., & Rhodewalt, F. (2001). Narcissism: A self-regulatory model. *Psychological Inquiry*, 12, 177-196.
- Morris, M. W., & Peng, K. (1994). Culture and cause: American and Chinese attributions for social and physical events. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67, 949-971.
- Morse, R. C., & Stoller, D. (1982, September). The hidden message that breaks habits. *Science Digest*, p.28.
- Moskowitz, D. S. (1986). Comparison of self-reports, reports by knowledgeable informants, and behavioral observation data. *Journal of Personality*, 54, 294-317.
- Moskowitz, D. S. (1988). Cross situational generality in the laboratory: Dominance and friendliness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54, 829-839.
- Maraven, M. R., & Baumeister, R. F. (2000). Self regulation and depletion of limited resources. Does self-control resemble a muscle? *Psychological Bulletin*, 126, 247-259.

- Murray, H. A. (1938). *Explorations in personality*. New York: Oxford University Press
- Murray, H. A. (1951). Toward a classification of interaction. In T. Parsons & E. A. Shils (Eds.), *Toward a general theory of action* (pp. 434-464). Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Nasby, W. (1985). Private self-consciousness articulation of the self-schema, and recognition memory of trait adjectives. *Journal of Personality and Social Psychology*, 49, 704-709.
- Nelson, T. (1978). Detecting small amounts of information in memory: Savings for nonrecognized items. *Journal of Experimental Psychology*, 4, 453-468.
- Newell, A., Shaw, J. C., & Simon, H. (1958). Elements of a theory of human problem-solving. *Psychological Review*, 65, 151-166.
- Newman, L. S. (2001). Coping and defense: No clear distinction. *American Psychologist*, 56, 760-761.
- Newman, L. S., Duff, K. J., & Baumeister, R. F. (1997). A new look at defensive projection: Thought suppression, accessibility, and biased person perception. *Journal of Personality and Social Psychology*, 72, 980-1001.
- Newman, L. S., Higgins, E. T., & Vookles, J. (1992). Self-guide strength and emotional vulnerability: Birth order as a moderator of self-affect relations. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 18, 402-411.
- Newton, T., Haviland, J., & Contrada, R. J. (1996). The face of repressive coping: Social context and the display of hostile expressions and social smiles. *Journal of Nonverbal Behavior*, 20, 3-22.
- Nichols, D. S. (1992). Review of the MMPI-2. *Mental Measurements Yearbook*, 11, 562-565.
- Nigg, J. T., & Goldsmith, H. H. (1994). Genetics of personality disorders: Perspectives from personality and psychopathology research. *Psychological Bulletin*, 115, 346-380.

- Nisbett, R. E., Peng, K., Choi, I., & Norenzayan, A. (2001). Culture and systems of thought: Holistic versus analytic cognition. *Psychological Review*, 108, 291-310.
- Nisbett, R., & Ross, L. (1980). *Human inference. Strategies and shortcomings of social judgment*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.
- Nisbett, R. E., & Wilson, T. D. (1977). Telling more than we know: Verbal reports on mental processes. *Psychological Review*, 84, 231-279.
- Norem, J. K. (1989). Cognitive strategies as personality: Effectiveness, specificity, flexibility and change. In D. M. Buss & N. Cantor (Eds.), *Personality psychology. Recent trends and emerging directions* (pp. 45-60). New York: Springer-Verlag.
- Norem, J. K., & Cantor, N. (1986). Defensive pessimism: "Harnessing" anxiety as motivation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51, 1208-1217.
- Norenzayan, A., Choi, I., & Nisbett, R. E. (2002). Cultural similarities and differences in social inference: Evidence from behavioral predictions and lay theories of behavior. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 28, 109-120.
- Norenzayan, A., & Nisbett, R. E. (2000). Culture and causal cognition. *Current Directions in Psychological Science*, 9, 132-135.
- Novacek, J., & Lazarus, R. S. (1989). The structure of personal commitments. *Journal of Personality*, 58, 693-715.
- O'Connor, T. G., Deater-Deckard, K., Fulker, D., Rutter, M. L., & Plomin, R. (1996). Genotype-environment correlations in late childhood and early adolescence: Antisocial behavioral problems and coercive parenting. *Developmental Psychology*, 34, 970-981.
- Office of Strategic Services (OSS) Assessment Staff (1948). *Assessment of men*. New York: Rinehart.
- Ogilvie, D. M. (1987). The undesired self: A neglected variable in personality research. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52, 379-385.

- Orish, S., Diener, E., Lucas, R. E., & Suh, E. (1999). Cross-national variation in predictors of life satisfaction: A perspective from goals and needs. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 25, 980-990.
- O'Leary, A. (1985). Self-efficacy and health. *Behavior Research and Therapy*, 23, 437-451.
- O'Leary, A. (1990). Stress, emotion, and human immune function. *Psychological Bulletin*, 108, 363-382.
- O'Leary, A. (1992). Self-efficacy and health: Behavioral and stress-physiological mediation. *Cognitive Therapy and Research*, 16, 229-245.
- O'Leary, K. D., & Wilson, G. T. (1987). *Behavior therapy: Application and outcome*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.
- Olson, J. M., Vernon, P. A., Jang, K. L., & Harris, J. A. (2001). The heritability of attitudes: A study of twins. *Journal of Personality and Social Psychology*, 80, 845-860.
- Olson, M. A., & Fazio, R. H. (2001). Implicit attitude formation through classical conditioning. *Psychological Science*, 12, 413-417.
- Orne, M. T. (1962). On the social psychology of the psychological experiment: With particular reference to demand characteristics and their implications. *American Psychologist*, 17, 776-783.
- Ortony, A., & Turner, T. J. (1990). What's basic about basic emotions? *Psychological Review*, 97, 315-331.
- Ouimette, P. C., & Klein, D. N. (1993). Convergence of psychoanalytic and cognitive-behavioral theories of depression. In J. M. Mashig & R. F. Bornstein (Eds.), *Psychoanalytic perspectives on psychopathology* (pp. 191-223). Washington, DC: American Psychological Association.
- Oysennan, D., Coon, H. M., & Kemmelmeier, M. (2007). Rethinking individualism and collectivism: Evaluation of theoretical assumptions and meta-analyses. *Psychological Bulletin*, 128, 3-72.

- Ozer, D. J. (1993). The Q-sort method and the study of personality development. In D. C. Funder, R. D. Parke, C. Tomlinson-Keasey, & K. Widaman (Eds.), *Studying lives through time* (pp. 147-168). Washington, DC: American Psychological Association.
- Pals, J. L. (1999). Identity consolidation, in early adulthood. Relations with ego-resiliency, the context of marriage, and personality change. *Journal of Personality*, 67, 295-329.
- Pals, J. L. (2001). Identity. A contextualized mechanism of personality continuity and change. *Psychological Inquiry*, 12, 88-91.
- Palys, T. S., & Little, B. R. (1983). Perceived life satisfaction and the organization of personal project systems. *Journal of Personality and Social Psychology*, 44, 1221-1230.
- Panksepp, J. (2000). Emotions as natural kinds within the mammalian brain. In M. Lewis & J. Haviland (Eds.), *Handbook of emotions* (pp. 137-156). New York: Guilford.
- Paterniti, M. (2000). Driving Mr. Albert: A trip across America with Einstein's brain. New York: The Dial Press.
- Paton, C. J. (1992). Fear of abandonment and binge eating. *Journal of Nervous and Mental Disease*, 180, 484-490.
- Paunonen, S. V., & Jackson, D. N. (2000). What is beyond the big five? Plenty! *Journal of Personality*, 68, 821-835.
- Pedersen, N. L., Plomin, R., McClearn, G. E., & Friberg, L. (1988). Neuroticism, Extraversion, and related traits in adult twins reared apart and reared together. *Journal of Personality and Social Psychology*, 55, 950-957.
- Pedersen, N. L., Plomin, R., Nesselroade, J. R., & McClearn, G. E. (1992). A quantitative genetic analysis of cognitive abilities during the second half of the life span. *Psychological Science*, 3, 346-353.
- Pekala, R. J. (1991). *Quantifying consciousness: An empirical approach*. New York: Plenum.

- Pelham, B. W. (1991). On confidence and consequence: The certainty and importance of self knowledge. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60, 518-530.
- Pelham, B. W., & Hetts, J. J. (1999). Implicit self-evaluation. Unpublished manuscript, State University of New York at Buffalo.
- Pennebaker, J. W. (1989). Confession, inhibition, and disease. In L. Berkowitz (Ed.), *Advances in experimental social psychology* (Vol. 22, pp. 211-244). New York: Springer-Verlag.
- Pennebaker, J. W. (1990). *Opening up: The healing powers of confiding in others*. New York: Morrow.
- Pennebaker, J. W. (1993). Social mechanisms of constraint. In D. W. Wegner & J. W. Pennebaker (Eds.), *Handbook of mental control* (pp. 200-219). Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.
- Pennebaker, J. W. (1997). Writing about emotional experiences as a therapeutic process. *Psychological Science*, 8, 162-166.
- Pennebaker, J. W., & Chew, C. H. (1985). Behavioral inhibition and electrodermal activity during deception. *Journal of Personality and Social Psychology*, 49, 1427-1433.
- Pennebaker, J. W., & Graybeal, A. (2001). Patterns of natural language use: Disclosure, personality, and social integration. *Current Directions in Psychological Science*, 10, 90-93.
- Pennebaker, J. W., Kiecolt-Glaser, J. K., & Glaser, R. (1988). Disclosure of traumas and immune function: Health implications for psychotherapy. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 56, 239-245.
- Penner, L. A. (1997). Telling it like it is. *Contemporary Psychology*, 42, 28.
- Persad, S. M., & Polivy, J. (1993). Differences between depressed and nondepressed individuals in the recognition of and response to facial emotional cues. *Journal of Abnormal Psychology*, 3, 358-368.

- Pervin, L. A. (1963). The need to predict and control under conditions of threat. *Journal of Personality*, 31, 570-587
- Pervin, L. A. (1980). *The cognitive revolution and what it leaves out*. Unpublished manuscript Rutgers University, New Brunswick, NJ.
- Pervin, L. A. (1983). The stasis and flow of behavior: Toward a theory of goals. In M. M. Page (Ed.), *Personality: Current theory and research* (pp. 1-53). Lincoln: University of Nebraska Press.
- Pervin, L. A. (1984). *Current controversies and issues in personality*. New York: Wiley.
- Pervin, L. A. (Ed.). (1989). *Goal concepts in personality and social psychology*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Pervin, L. A. (1991). Goals, plans, and problems in the self-regulation of behavior. The question of volition. In P. R. Pintrich & M. L. Maehr (Eds.), *Advances in motivation and achievement* (pp. 1-20). Greenwich, CT: JAI Press.
- Pervin, L. A. (1993a). Pattern and organization: Current trends and prospects for the future. In K. Craik, R. Hogan, & R. N. Wolfe (Eds.), *Perspectives in personality* (pp. 69-84). Greenwich, CT: JAI Press.
- Pervin, L. A. (1993b). *Personality: Theory and research* (6th ed.). New York: Wiley.
- Pervin, L. A. (1993c). Personality and affect. In M. Lewis & J. Haviland (Eds.), *Handbook of emotion* (pp. 301-312). New York: Guilford.
- Pervin, L. A. (1994a). A critical analysis of current trait theory. *Psychology Inquiry*, 5, 103-113.
- Pervin, L. A. (1994b). Personality stability, personality change, and the question of process. In T. Heatherton & J. Weinberger (Eds.), *Can personality change?* (pp. 315-330). Washington, DC: American Psychological Association.

- Pervin, L. A. (1999). Epilogue: Constancy and change in personality theory and research. In L. A. Pervin & O. P. John (Eds.), *Handbook of personality: Theory and research* (pp. 689-704). New York: Guilford.
- Pervin, L. A. (2002). *Current controversies and issues in personality*. New York: Wiley.
- Pervin, L. A., & John, O. P. (Eds.). (1999). *Handbook of personality: Theory and research*. New York: Wiley.
- Pervin, L. A., & John, O. P. (2001). *Personality: Theory and research*. New York: Wiley.
- Pervin, L. A., & Yarko, R. I. (1965). Cigarette smoking and alternative methods of reducing dissonance. *Journal of Personality and Social Psychology*, 2, 30-36.
- Peterson, C. (1991). The meaning and measurement of explanatory style. *Psychological Inquiry*, 2, 1-10.
- Peterson, C., & Park, C. (1998). Learned helplessness and explanatory style. In D. F. Barone, M. Hersen, & V. B. Van Hasselt (Eds.), *Advanced personality* (pp. 287-310). New York: Plenum.
- Peterson, C., Semmel, A., von Baeyer, C., Abramson, L. Y., Metalsky, G. I., & Seligman, M. E. P. (1982). The Attributional Style Questionnaire. *Cognitive Therapy and Research*, 6, 287-300.
- Pham, L. B., & Taylor, S. E. (1999). From thought to action: Effects of process- versus outcome-based mental simulations on performance. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 25, 250-260.
- Pickering, A. D., & Gray, J. A. (1999). The neuroscience of personality. In L. A. Pervin & O. P. John (Eds.), *Handbook of personality: Theory and research* (pp. 277-299). New York: Guilford.
- Pincus, A. L., & Wiggins, J. S. (1990). Interpersonal problems and conceptions of personality disorders. *Journal of Personality Disorders*, 4, 342-352.
- Pinker, S. (1997). *How the mind works*. New York: Norton.

- Plomin, R. (1986) *Development, genetics, and psychology*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Plomin, R. (1990a) *Nature and nurture*. Pacific Grove, CA: Brooks/Cole.
- Plomin, R. (1990b) The role of inheritance in behavior. *Science*, 248, 183-188.
- Plomin, R. (1993) Nature and nurture. Perspective and prospective. In R. Plomin & G. E. McClearn (Eds.), *Nature, nurture, and psychology* (pp. 457-483). Washington, DC: American Psychological Association.
- Plomin, R. (1994). *Genetics and experience: The interplay between nature and nurture*. Newbury Park, CA: Sage Publications.
- Plomin, R., & Bergeman, C. S. (1991). The nature of nurture. Genetic influence on "environmental" measures. *Behavioral and Brain Sciences*, 14, 373-427.
- Plomin, R., & Caspi, A. (1999). Behavioral genetics and personality. In L. A. Pervin & O. P. John (Eds.), *Handbook of personality: Theory and research* (pp. 251-276). New York: Guilford.
- Plomin, R., Chipuer, H. M., & Loehlin, J. C. (1990). Behavioral genetics and personality. In L. A. Pervin (Ed.), *Handbook of personality: Theory and Research* (pp. 225-243). New York: Guilford.
- Plomin, R., Coon, H., Carey, G., DeFries, J. C., & Fulker, D. W. (1991). Parent-offspring and sibling adoption analyses of parental ratings of temperament in infancy and early childhood. *Journal of Personality*, 59, 705-732.
- Plomin, R., & Crabbe, J. (2000). DNA. *Psychological Bulletin*, 126, 806-828.
- Plomin, R., & Daniels, D. (1987). Why are children in the same family so different from each other? *Behavioral and Brain Sciences*, 10, 1-16.
- Plomin, R., Emde, R. N., Braungart, J. M., Campos, J., Corley, R., Fulker, D. W., Kagan, J. S., Robinson, J., Zahn-Waxler, C., & DeFries, J. C. (1993). Genetic change and continuity from fourteen to twenty months. The MacArthur Longitudinal Twin Study. *Child Development*, 64, 1354-1376.

- Plomin, R., & Neiderhiser, J. M. (1992). Genetics and experience. *Current Directions in Psychological Science*, 1, 160-163.
- Plomin, R., & Rende, R. (1991). Human behavioral genetics. *Annual Review of Psychology*, 42, 161-190.
- Plomin, R., & Saudino, K. J. (1994). Quantitative genetics and molecular genetics. In J. E. Bates & T. D. Wachs (Eds.), *Temperament: Individual differences at the interface of biology and behavior* (pp. 143-171). Washington, DC: American Psychological Association.
- Poetzl, O. (1917). The relationship between experimentally induced dream images and indirect vision. *Psychological Issues Monograph*, 1960, 2, 46-106.
- Pomerantz, E. M., Saxon, J. L., & Oishi, S. (2000). The psychological trade-offs of goal investment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 79, 617-630.
- Ponomarev, I., & Crabbe, J. C. (1999). Genetic association between chronic ethanol withdrawal severity and acoustic startle parameters in WSP and WSR mice. *Alcoholism: Clinical and Experimental Research*, 23, 1730-1735.
- Posner, M. J., & DiGirolando, G. J. (2000). Cognitive neuroscience: Origins and promise. *Psychological Bulletin*, 126, 873-889.
- Prince, M. (1906). *The dissociation of personality*. New York: Longmans, Green.
- Pritchard, D. A., & Rosenblatt, A. (1980). Racial bias in the MMPI: A methodological review. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 48, 263-267.
- pyszczynski, T., Greenberg, J., & Solomon, S. (1997). Why do we need what we need? A terror management perspective on the roots of human social motivation. *Psychological Inquiry*, 8, 1-20.
- pyszczynski, T., Greenberg, J., & Solomon, S. (2000). Proximal and distal defense: A new perspective on unconscious motivation. *Current Directions in Psychological Science*, 9, 156-159.

- Rachman, S. (1999). Rapid and not-so-rapid responses to cognitive behavioral therapy. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 6, 293-294.
- Raine, A., Lencz, T., Bihrie, S., LaCasse, L., & Colletti, P. (2000). Reduced prefrontal gray matter and reduced autonomic activity personality disorder. *Archives of General Psychiatry*, 57, 119-127.
- Raskin, R., & Hall, C. S. (1979). A narcissistic personality inventory. *Psychological Reports*, 45, 55-60
- Raskin, R., & Hall, C. S. (1981). The Narcissistic Personality Inventory. Alternate form reliability and further evidence of construct validity. *Journal of Personality Assessment*, 45, 159-162.
- Raskin, R., & Shaw, R. (1987). Narcissism and the use of personal pronouns. Unpublished manuscript.
- Reis, H. T., Sheldon, K. M., Gable, S. L., Roscoe, J., & Ryan, R. M. (2000). Daily well-being: The role of autonomy, competence, and relatedness. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 26, 419-435.
- Reiss, D., Neiderhiser, J. M., Hetherington, E. M., & Plomin, R. (2000). *The relationship code: Deciphering genetic and social influences on adolescent development*. Cambridge, MA: Harvard University Press
- Riemann, R., Angleitner, A., & Strelau, J. (1997). Genetic and environmental influences on personality: A study of twins reared together using the self- and peer report NEO-FFI scales. *Journal of Personality*, 65, 449-476
- Roberts, B. W., Caspi, A., & Moffitt, T. E. (2001). The kids are alright. Growth and stability in personality development from adolescence to adulthood. *Journal of Personality and Social Psychology*, 81, 670-683.
- Robert, B. W., & Del Vecchio, W. F. (2000). The rank-order consistency of personality traits from childhood to old age. A quantitative review of longitudinal studies. *Psychological Bulletin*, 126, 3-25
- Roberts, B. W., & Hogan, R. (2001). *Personality psychology in the workplace*. Washington, DC: American Psychological Association.

- Roberts, B. W., & Robins, R. W. (2000). Broad dispositions, broad aspirations: The intersection of personality traits among life goals. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 26, 1284-1296.
- Robins, C. J., & Hayes, A. M. (1993). An appraisal of cognitive therapy. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 61, 205-214
- Robins, L. N., & Rutter, M. (Eds.) (1990). *Straight and devious pathways from childhood to adulthood*. Cambridge, England: Cambridge University Press.
- Robins, R., & John, O. P. (1997). Self-perception, visual perspective, and narcissism: Is seeing believing? *Psychological Science*, 8, 37-42
- Robins, R. W., & Beer, J. S. (2001). Positive illusions about the self: Short-term benefits and long-term costs. *Journal of Personality and Social Psychology*, 80, 340-352.
- Robins, R. W., Caspi, A., & Moffitt, T. (2000). *It's not just who you're with, it's who you are: Personality and relationship experiences across multiple relationships*. Unpublished paper, University of California-Davis.
- Robins, R. W., Fraley, R. C., Roberts, B. W., & Trzesniewski, K. H. (2001). A longitudinal study of personality change in young adulthood. *Journal of Personality*, 69, 617-640.
- Robins, R. W., Hendin, H. M., & Trzesniewski, K. H. (2001). Measuring global self-esteem: Construct validation of a single-item measure and the Rosenberg Self-Esteem Scale. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 27, 151-161.
- Robins, R. W., John, O. P., Caspi, A., Moffitt, T. E., & Stouthamer-Loeber, M. (1996). Resilient, overcontrolled, and undercontrolled boys: Three replicable personality types. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70, 157-171
- Robins, R. W., Norem, J. K., & Cheek, J. M. (1999). Naturalizing the self. In L. A. Pervin & O. P. John (Eds.), *Handbook of personality: Theory and research* (pp. 443-477). New York: Guilford.

- Rogers, C. R. (1951). *Client-centered therapy*. Boston: Houghton Mifflin.
- Rogers, C. R. (1956). Some issues concerning the control of human behavior. *Science*, 124, 1057-1066.
- Rogers, C. R. (1961). *On becoming a person*. Boston: Houghton Mifflin.
- Rogers, C. R. (1966). Client-centered therapy. In S. Arteti (Ed.), *American handbook of psychiatry* (pp. 183-200). New York: Basic Books.
- Roland, A. (1988). *In search of self in India and Japan*. Princeton, NJ: Princeton University Press.
- Rolls, E. T. (2000). The brain and emotion. *Behavioral and Brain Sciences*, 23, 177-234.
- Rosch, E., Mervis, C., Gray, W., Johnson, D., & Boyes-Braem, P. (1976). Basic objects in natural categories. *Cognitive Psychology*, 8, 382-439.
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. Princeton, NJ: Princeton University Press.
- Rosenzweig, S. (1941). Need-persistent and ego-defensive reactions to frustration as demonstrated by an experiment on repression. *Psychological Review*, 48, 347-349.
- Rothbart, M. K., Ahadi, S. A., & Evans, D.E. (2000). Temperament and personality: Origins and outcomes. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78, 122-135.
- Rothbart, M. K., & Bates, J. E. (1998). Temperament. In W. Damon (Ed.), *Handbook of child psychology: Volume 3. Social, emotional, and personality development* (5th ed., pp. 105-176). New York: Wiley.
- Rotter, J. B. (1954). *Social learning and clinical psychology*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.
- Rotter, J. B. (1966). Generalized expectancies for internal versus external control of reinforcement. *Psychological Monographs*, 80 (Whole No.609).
- Rotter, J. B. (1971). Generalized expectancies for interpersonal trust. *American Psychologist*, 26,443-452.

- Rotter, J. B. (1981). The psychological situation in social learning theory. In D. Magnusson (Ed.), *Toward a psychology of situations*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Rotter, J. B. (1990). Internal versus external control of reinforcement. *American Psychologist*, 45, 489-493.
- Rovee-Collier, C. (1993). The capacity for long-term memory in infancy. *Current Directions in Psychological Science*, 2, 130-135.
- Rowe, D. C. (1993). Genetic perspectives on personality. In R. Plomin & G. E. McClearn (Eds.), *Nature, nurture and psychology* (pp. 179-196). Washington, DC: American Psychological Association.
- Rowe, D. C. (1994). *The limits of family influence*. New York: Guilford Press.
- Rowe, D. C. (1999). Heredity. In v. J. Derlega, B. A. Winstead, & W. H. Jones (Eds.), *Personality: Contemporary theory and research* (pp. 66-100). Chicago: Nelson-Hall.
- Rozin, P., & Fallon, A. E. (1987). A perspective on disgust. *Psychological Review*, 94, 23-41.
- Rozin, P., & Zelnier, D. (1985). The role of Pavlovian conditioning in the acquisition of food likes and dislikes. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 443, 189-202.
- Rudman, L. A., Greenwald, A. G., & McGhee, D. E. (2001). Implicit self-concept and evaluative implicit gender stereotypes: Self and ingroup share desirable traits. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 27, 1164-1178.
- Ryan, R. M. (1998). Human psychological needs and the issues of volition, control, and outcome focus. In J. Heckhausen & C. S. Dweck (Eds.), *Motivation and self-regulation across the life span* (pp. 114-133). New York: Cambridge University Press.

- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*, 55, 68-78.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2001). On happiness and human potentials. A review of research on hedonic and eudaimonic well-being. *Annual Review of Psychology*, 52, 141-166.
- Ryff, C. D., & Singer, B. (1998). The contours of positive human health. *Psychological Inquiry*, 9, 1-28.
- Salili, F. (1994). Age, sex, and cultural differences in the meaning and dimensions of achievement. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 20, 635-648.
- Salovey, P., Bedell, B. T., Detweiler, J. B., & Mayer, J. D. (2000). Current dimensions in emotional intelligence research. In M. Lewis & J. M. Haviland-Jones (Eds.), *Handbook of emotions* (pp. 504-520). New York: Guilford.
- Salovey, P., Rothman, A. J., Detweiler, J. B., & Steward, W. T. (2000). Emotional states and physical health. *American Psychologist*, 55, 110-121.
- Sapolsky, R. M. (1994). *Why zebras don't get ulcers*. New York: W. H. Freeman.
- Saucier, G., & Goldberg, L. R. (2001). Lexical studies of indigenous personality factors: Premises, products, and prospects. *Journal of Personality*, 69, 847-879.
- Scarr, S. (1992). Developmental theories for the 1990s: Development and individual differences. *Child Development*, 63, 1-19.
- Scarr, S. (1993). Biological and cultural diversity: The legacy of Darwin for development. *Child Development*, 64, 1333-1353.
- Schacht, T. E. (1993). How do I diagnose thee? Let me count the dimensions. *Psychological Inquiry*, 4, 115-119.
- Schacter, D. L. (1987). Implicit memory: History and current status. *Journal of Experimental Psychology*, 113, 501-518.

- Schacter, D. L., & Badgayan, R. D. (2001). Neuroimaging of priming. New perspectives on implicit and explicit memory. *Current Directions in Psychological Science*, 10, 1-4.
- Scheier, M. F., & Carver, C. S. (1985). Optimism, coping, and health: Assessment and implications of generalized outcome expectancies. *Health Psychology*, 4, 219-247.
- Scheier, M. F., & Carver, C. S. (1987). Dispositional optimism and physical well-being: The influence of generalized outcome expectancies on health. *Journal of Personality*, 55, 169-210.
- Scheier, M. F., & Carver, C. S. (1993). On the power of positive thinking: The benefits of being optimistic. *Psychological Science*, 2, 26-30.
- Scheier, M. F., Carver, C. S., & Bridges, M. W. (1994). Distinguishing optimism from neuroticism (and trait anxiety, self-mastery, and self-esteem). A reevaluation of the Life Orientation Test. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67, 1063-1078.
- Scheier, M. F., Magovern, G. J., Sr., Abbott, R. A., Matthews, K. A., Owens, J. F., Lefebvre, R. C., & Carver, C. S. (1989). Dispositional optimism and recovery from coronary artery bypass surgery: The beneficial effects on physical and psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57, 1024-1040.
- Scheier, M. F., Matthews, K. A., Owens, J. F., Schulz, R., Bridges, M. W., Magovern, G. J., Sr., & Carver, C. S. (1999). Optimism and rehospitalization following coronary bypass graft surgery. *Archives of Internal Medicine*, 159, 829-835.
- Scheier, M. F., Weintraub, J. K., & Carver, C. S. (1986). Coping with stress. Divergent strategies of optimists and pessimists. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51, 1257-1264.

- Scherer, K. & Wallbott, H. G. (1994). Evidence for universality and cultural variation of differential emotional response patterning. *Journal of Personality and Social Psychology*, 66, 310-328.
- Schiff, M., Duyme, M., Dumaret, A., & Tonkiewicz, S. (1982). How much could we boost scholastic achievement IQ scores? A direct answer from a French adoption study. *Cognition*, 12, 165-196.
- Schlenker, B. R., & Weigold, M. F. (1989). Goals and the self-identification process: Constructing desired identities. In L. A. Pervin (Ed.), *Goal concepts in personality and social psychology* (pp. 243-290). Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Schmidt, F. L., & Ones, D. S. (1992). Personnel selection. *Annual Review of Psychology*, 43, 627-670.
- Schreiber, F. R. (1973). *Sybil*. Chicago: Regnery.
- Schwartz, I. M., Stoessel, P. W., Baxter, L. R., Martin, K. M., & Phelps, M. E. (1996). Systematic changes in cerebral glucose metabolic rate after successful behavior modification treatment of obsessive-compulsive disorders. *Archives of General Psychiatry*, 53, 109-113.
- Schwarz, N. (1999). Self-reports: How the questions shape the answers. *American Psychologist*, 54, 93-105.
- Schwarzer, R. (Ed.). (1992). *Self-efficacy: Thought control of action*. Washington, DC: Hemisphere.
- Scott, J. P., & Fuller, I. L. (1965). *Genetics and the social behavior of the dog*. Chicago: University of Chicago Press.
- Searle, J. R. (2000). A philosopher unriddles the puzzle of consciousness. *Cerebrum*, 2, 44-54.
- Seals, R. R. (1944). Experimental analysis of psychoanalytic phenomena. In J. M. V. Hunt (Ed.), *Personality and the behavior disorders* (pp. 306-332). New York: Ronald.

- Sedikides, C. (1993). Assessment, enhancement and verification determinants of the self evaluation process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 65, 317-338.
- Segal, Z. V., & Dobson, K. S. (1992). Cognitive models of depression: Report from a consensus development conference. *Psychological Inquiry*, 3, 219-224.
- Segal, z. V., & Muran, I. C. (1993). A cognitive perspective on self-representation in depression. In Z. V. Segal & S. J. Blatt (Eds.), *The self in emotional distress* (pp. 131-170). New York: Guilford.
- Segerstrom, S. C. (2001). Optimism and attentional bias for negative and positive stimuli. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 27, 1333-1343.
- Segerstrom, S. C., Taylor, S. E., Kemeny, M.E., & Fahey, I. L. (1998). Optimism associated with mood, coping, and immune change in response to stress. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74, 1646-1655.
- Seligman, M. E. P. (1971). Phobias and preparedness. *Behavior Therapy*, 2, 307-320.
- Seligman, M. E. P. (1975). *Helplessness*. San Francisco: Freeman.
- Seligman, M. E. P., & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology. *American Psychologist*, 55, 5-14.
- Shedler, J., Mayman, M., Manis, M. (1993). The illusion of mental health. *American Psychologist*, 48, 1117-1131. ,
- Sheldon, K. M., & Elliot, A. J.(1999). Goal striving, need satisfaction, and longitudinal well-being: The self-concordance model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 76, 482-497
- Sheldon, K. M., Elliot, A. J., Kim, Y., & Kasser, T. (2001). What is satisfying about satisfying events? Testing 10 candidate psychological needs. *Journal of Personality and Social Psychology*, 80,325-339

- Sheldon, K. M., & Houser-Marko, L. (2001). Self-concordance, goal attainment, and the pursuit of happiness: Can there be an upward spiral? *Journal of Personality and Social Psychology*, 80, 152-165.
- Sheldon, K. M., & Kasser, T. (1998). Pursuing personal goals: Skills enable progress but not all progress is beneficial. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 24, 546-557.
- Sheldon, K. M., & King, L. (2001). Why positive psychology is necessary. *American Psychologist*, 56, 216-217.
- Shevrin, H. (1992). Subliminal perception, memory and consciousness: Cognitive and dynamic perspectives. In R. F. Bornstein & T. S. Pittman (Eds.), *Perception without awareness* (pp. 123-142). New York: Guilford.
- Shevrin, H., & Libinsky, L. (1958). The measurement of preconscious perception in dreams and images: An investigation of the Poetzl phenomenon. *Journal of Abnormal and Social Psychology*, 58, 285-294.
- Shields, S. (1975). Functionalism, Darwinism, and the psychology of women: A study in social myth. *American Psychologist*, 30, 739-754.
- Shiner, R. L. (2000). Linking childhood personality with adaptation: Evidence for continuity and change across time into late adolescence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78, 310-325.
- Shoda, Y., Mischel, W., & Peake, P. K. (1990). Predicting adolescent cognitive and self-regulatory competencies from preschool delay of gratification: Identifying diagnostic conditions. *Developmental Psychology*, 67, 674-687.
- Shoda, Y., Mischel, W., & Wright, I. C. (1994). Intra-individual stability in the organization and patterning of behavior: Incorporating psychological situations into the idiographic analysis of personality. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67, 674-687.
- Shweder, R. A., & D'Andrade, R. G. (1980). The systematic distortion hypothesis. In R. A. Shweder (Ed.), *Fallible judgement in behavioral research* (pp. 37-58). San Francisco: Jossey-Bass.

- Shweder, R. A., & Hardt, J. (2000). The cultural psychology of the emotions: Ancient and new. In M. Lewis & J. M. Haviland-Jones (Eds.), *Handbook of emotions* (pp. 397-414). New York: Guilford.
- Siegel, B. S. (1986). *Love, medicine, and miracle*. New York: Harper & Row.
- Siegel, B. S. (1989). *Peace, love, and healing*. New York: Harper & Row.
- Siegle, R. S. (2000). Unconscious insights. *Current Directions in Psychological Science*, 9, 79-83.
- Silverman, L. H. (1976). Psychoanalytic theory: The reports of its death are greatly exaggerated. *American Psychologist*, 31, 621-637.
- Silverman, L. H. (1982). A comment on two subliminal psychodynamic activation studies. *Journal of Abnormal Psychology*, 91, 126-130.
- Silverman, L. H., Ross, D. L., Adler, J. M., & Lustig, D. A. (1978). Simple research paradigm for demonstrating subliminal psychodynamic activation: Effects of oedipal stimuli on dart-throwing accuracy in college men. *Journal of Abnormal Psychology*, 87, 341-357.
- Silverman, L. H., & Weinberger, J. (1985). Mommy and I are one: Implications for psychotherapy. *American Psychologist*, 40, 1296-1308.
- Simpson, J. A. (1990). Influence of attachment styles on romantic relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59, 971-980.
- Simpson, J. A. (1999). Attachment theory in modern evolutionary perspective. In J. Cassidy & P. R. Shaver (Eds.), *Handbook of attachment* (pp. 115-140). New York: Guilford.
- Singelis, T. M. (1994). The measurement of independent and interdependent self-construals. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 20, 580-591.
- Singer, J. A., & Salovey, P. (1993). *The remembered self*. New York: Free Press.
- Skinner, B. F. (1974). *About behaviorism*. New York: Knopf.
- Skinner, N. S. F., & Howarth, E. (1973). Cross-media independence of questionnaire and objective test personality factors. *Multivariate Behavioral Research*, 8, 23-40.

- Slade, A., & Aber, J. L. (1992). Attachments, drives, and development: Conflicts and convergences in theory. In J. W. Barron, M. N. Eagle, & D. L. Wolitzky (Eds.), *Interface of psychoanalysis and psychology* (pp. 154-185). Washington, DC: American Psychological Association.
- Sloane, R. B., Staples, F. R., Cristol, A. H., Yorkston, N. J., & Whipple, K. (1975). *Psychoanalysis versus behavior therapy*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Smith, C. P. (Ed.). (1992). *Motivation and personality: Handbook of thematic content analysis*. New York: Cambridge University Press.
- Smith, R. E., Leffingwell, T. R., & Placock, J. T. (1999). Can people remember how they coped? Factors associated with discordance between same-day and retrospective reports. *Journal of Personality and Social Psychology*, 76, 1050-1061.
- Smith, S. M. (2000). *Self-esteem accessibility: Measurement and correlates*. Unpublished manuscript, North Georgia College and State University.
- Smith, T. W., Pope, M. K., Rhodewalt, F., & Poulton, J. L. (1989). Optimism, neuroticism, coping, and symptom reports: An alternative interpretation of the Life Orientation Test. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56, 640-648.
- Snyder, C. R., & Lopez, S. J. (Eds.). (2001). *Handbook of positive psychology*. New York: Oxford University Press.
- Snyder, M. (1981). On the influence of individuals on situations. In N. Cantor & J. F. Kihstrom (Eds.), *Personality, cognition, and social interaction* (pp. 309-329). Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Soldz, S., Budman, S., Demby, A., & Merry, J. (1993). Representation of personality disorders in circumplex and five-factor space: Explorations with a clinical sample. *Psychological Assessment*, 5, 41-52.

- Spalding, L. R., & Hardin, C. D. (1999). Unconscious unease and self-handicapping: Behavioral consequences of individual differences in implicit and explicit self-esteem. *Psychological Science*, 10, 535-538.
- Spence, D. P. (1982). *Narrative truth and historical truth: Meaning and interpretation in psychoanalysis*. New York: Norton.
- Spence, D. P. (1987). *The Freudian metaphor*. New York: Norton.
- Sroufe, L. A., Carlson, E., & Shulman, S. (1993). Individuals in relationships: Development from infancy. In D. C. Funder, R. D. Parke, C. Tomlinson-Keasey, & K. Widaman (Eds.), *Studying lives through time* (pp. 315-342). Washington, DC: American Psychological Association.
- Sroufe, L. A., Duggal, S., Weinfield, N., & Carlson, E. (2000). Relationships, development, and psychopathology. In A. J. Sameroff, M. Lewis, & S. M. Miller (Eds.), *Handbook of developmental psychopathology* (pp. 75-92). New York: Kluwer Academic/Plenum.
- Stagner, R. (1937). *Psychology of personality*. New York: McGraw-Hill.
- Steele, C. M., & Spencer, S. J. (1992). The primacy of self integrity. *Psychological Inquiry*, 3, 345-346.
- Stem, C., & Sherwood, E. R. (1966). *The origins of genetics*. San Francisco: W. H. Freeman.
- Sternberg, R. J., & Grigorenko, E. L. (1997). Are cognitive styles still in style? *American Psychologist*, 52, 700-712.
- Stewart, A. J. (1992). Scoring manual for psychological stances toward the environment. In C. P. Smith (Ed.), *Motivation and personality: Handbook of thematic content analysis* (pp. 451-488). New York: Cambridge University Press.
- Strauman, T. J. (1992a). Self-guides, autobiographical memory, and anxiety and dysphoria. *Journal of Abnormal Psychology*, 101, 87-95.
- Strauman, T. J. (1992b). Self, social cognition, and psychodynamics: Caveats and challenges for integration. *Psychological Inquiry*, 3, 67-71.

- Strauman, T. J., & Higgins, E. T. (1993). The self construct in social cognition: Past, present, and future. In Z. Siegel & S. Batt (Eds.), *The self in emotional distress* (pp. 3-40). New York: Guilford.
- Strauman, T. J., Lemieux, A. M., & Coe, C. L. (1993). Self-discrepancy and natural killer cell activity: Immunological consequences of negative self-evaluation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 64, 1042-1052.
- Strickland, B. R. (1989). Internal-external control expectancies. From contingency to creativity. *American Psychologist*, 44, 1-12.
- Strube, M. J. (1990). In search of self: Balancing the good and the true. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 16, 699-704.
- Suinn, R. M. (2001). The terrible twos-Anger and anxiety. *American Psychologist*, 56, 27-36.
- Sullivan, H. S. (1953). *The interpersonal theory of psychiatry*. New York: Norton.
- Sundberg, N. D., & Gonzales, L. R. (1981). Cross-cultural and cross-ethnic assessment: A review and issues. In R. McReynolds (Ed.), *Advances in psychological assessment* (Vol. 5, pp. 460-510). San Francisco: Jossey-Bass.
- Suomi, S. J. (1999). Attachment in rhesus monkeys. In J. Cassidy & P.R. Shaver (Eds.), *Handbook of attachment* (pp. 181-197). New York: Guilford.
- Suomi, S. J. (2000). A biobehavioral perspective on developmental psychopathology. In A. Sameroff, M. Lewis, & S. M. Miller (Eds.), *Handbook of developmental psychopathology* (pp. 237-256). New York: Guilford.
- Swann, W. B., Jr. (1991). To be adored or to be known? The interplay of self-enhancement and self-verification. In E. T. Higgins & R. M. Sorrentino (Eds.), *Handbook of motivation and cognition* (pp. 408-450). New York: Guilford.

- Swann, W. B., Jr. (1992). Seeking "truth," finding despair: Some unhappy consequences of a negative self-concept. *Current Directions in Psychological Science*, 1, 15-18.
- Swann, W. B., Jr. (1997). The trouble with change: Self-verification and allegiance to the self. *Psychological Science*, 8, 177-180.
- Swann, W. B., Jr., De La Ronde, C., & Hixon, J. G. (1994). Authenticity and positivity strivings in marriage and courtship. *Journal of Personality and Social Psychology*, 66, 857-869.
- Swann, W. B., Jr., Griffin, J. J., Jr., Predmore, S. C., & Gaines, B. (1987). The cognitive-affective crossfire: When self-consistency confronts self-enhancement. *Journal of Personality and Social Psychology*, 43, 59-66.
- Swann, W. B., Jr., Hixon, J. G., & De La Ronde, C. (1992). Embracing the bitter "truth." *Psychological Science*, 3, 118-121.
- Swann, W. B., Jr., Pelham, B. W., & Krull, D. S. (1989). Agreeable fancy or disagreeable truth? Reconciling self-enhancement and self-verification. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57, 782-791.
- Swann, W. B., Jr., & Read, S. J. (1981). Acquiring self-knowledge: The search for feedback that fits. *Journal of Personality and Social Psychology*, 41, 1119-1128.
- Swann, W. B., Jr., Stein-Seroussi, A., & Giesler, R. B. (1992). Why people self-verify. *Journal of Personality and Social Psychology*, 62, 392-401.
- Swann, W. B., Jr., Wenzlaff, R. M., Krull, D. S., & Pelham, B. W. (1992). The allure of negative feedback: Self-verification strivings among depressed persons. *Journal of Abnormal Psychology*, 101, 293-306.
- Taft, R. (1959). Multiple methods of personality assessment. *Psychological Bulletin*, 52, 1-23.
- Tang, T. Z., & DeRubeis, R. J. (1999a). Reconsidering rapid early response in cognitive behavioral therapy for depression. *Clinical Psychology Science and Practice*, 6, 283-288.

- Tang, T. Z., & DeRubeis, R. J. (1999b). Sudden gains and critical sessions in cognitive-behavioral therapy for depression. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 67, 894-904.
- Taylor, S. E., Kemeny, M. E., Reed, G. M., Bower, J. E., & Gruenewald, T. L. (2000). Psychological resources, positive illusions, and health. *American Psychologist*, 55, 99-109.
- Tellegen, A. (1991). Personality traits: Issues of definition, evidence and assessment. In D. Cicchetti & W. Grove (Eds.), *Thinking clearly about psychology: Essays in honor of Paul Everett Meehl* (pp. 10-35). Minneapolis: University of Minnesota Press.
- Tellegen, A. (1993). Folk concepts and psychological concepts of personality and personality disorder. *Psychological Inquiry*, 4, 122-130.
- Tellegen, A., & Waller, N. (in press). Exploring personality through test construction: Development of the Multidimensional Personality Questionnaire. In S. R. Briggs & J. M. Cheek (Eds.), *Personality measures: Development and evaluation*. Greenwich, CT: JAI Press.
- Tesser, A. (1988). Toward a self-evaluation model of social behavior. *Advances in Experimental Social Psychology*, 21, 181-227.
- Tesser, A. (1993). The importance of heritability in psychological research. The case of attitudes. *Psychological Review*, 100, 129-142.
- Tesser, A. (2001). On the plasticity of self-defense. *Current Directions in Psychological Science*, 10, 66-69.
- Tesser, A., Pilkington, C. J., & McIntosh, W. D. (1989). Self evaluation maintenance and the meditational role of emotion: The perception of friends and strangers. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57, 442-456.
- Thigpen, C. H., & Cleckley, H. (1954). *The three faces of Eve*. Kingsport, TN: Kingsport Press.

- Thorne, A. (1989). Conditional patterns, transference, and the coherence of personality across time. In D. M. Buss & N. Cantor (Eds.), *Personality psychology, Recent trends and emerging directions* (pp. 149-159). New York: Springer-Verlag.
- Tice, D. M. (1991). Esteem protection or enhancement? Self-handicapping motives and attributions differ by trait self-esteem. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60, 711-725.
- Tolman, E. C. (1925). Purpose and cognition. The determiners of animal learning. *Psychological Review*, 32, 285-297.
- Tolman, E. C. (1932). *Purposive behavior in animals and man*. New York: Century.
- Tomkins, S. S. (1962). Commentary. The ideology of research strategies. In S. Messick & J. Ross (Eds.), *Measurement in personality and cognition* (pp. 285-294). New York: Wiley.
- Tomkins, S. S. (1963). *Affect, imagery, consciousness: The negative affects*. New York: Springer.
- Tomkins, S. S. (1981). The quest for primary motives: Biography and autobiography of an idea. *Journal of Personality and Social Psychology*, 41, 306-329.
- Tomkins, S. S. (1991). *Affect imagery, consciousness: Anger and fear*. New York: Springer.
- Tooby, J., & Cosmides, L. (1990). On the universality of human nature and the uniqueness of the individual: The role of genetics and adaptation. *Journal of Personality*, 58, 17-68.
- Tooby, J., & Cosmides, L. (1992). The psychological foundations of culture. In J. H. Barkow, L. Cosmides, & J. Tooby (Eds.), *The adapted mind: Evolutionary psychology and the generation of culture*. New York: Oxford University Press.

- Triandis, H. C. (1995). *Individualism and collectivism*. Boulder, CO: Westview Press
- Trivers, R. (1972). Parental investment and sexual selection. In B. Campbell (Ed.), *Sexual selection and the descent of man; 1871-1971* (pp. 136-179). Chicago: Aldine
- Trull, T. J. (1992). DSM-III-R personality disorders and the five factor model of personality. An empirical comparison. *Journal of Abnormal Psychology*, 101, 553-560
- Tryon, R. C. (1940). Genetic differences in maze learning in rats. In *National Society for the Study of Education*. Bloomington, IL: Public School Publishing
- Tulving, E. (1993). Self-knowledge of an amnesic is represented abstractly. In T. K. Sroll & R. S. Wyer (Eds.), *Advances in social cognition* (Vol. 5, pp. 147-156). Hillsdale, NJ: Erlbaum
- Turkheimer, E. (1991). Individual and group differences in adoption studies of IQ. *Psychological Review*, 110, 392-405.
- Turkheimer, E. (2000). Three laws of behavior genetics and what they mean. *Current Directions in Psychological Science*, 9, 160-164.
- Van IJzendoorn, M. H., & Sagi, A. (1999). Cross-cultural patterns of attachment. In J. Cassidy & P. R. Shaver (Eds.), *Handbook of attachment* (pp. 713-734). New York: Guilford.
- Wachs, T. D. (1992). *The nature of nurture*. Newbury Park, CA: Sage
- Wachtel, P. (Ed.). (1982). *Resistance. Psychodynamic and behavioral approaches*. New York: Plenum
- Waddington, C. H. (1957). *The strategy of genes*. New York: Macmillan.
- Waller, N. G., & Shaver, P. R. (1994). The importance of nongenetic influences on romantic love styles. *Psychological Science*, 5, 268-274.

- Wallerstein, R. S. (1989). The psychotherapy research project of the Menninger Foundation: An overview. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 57, 195-205.
- Wallston, K. A., & Wallston, B. S. (1981). Health locus of control scales. In H. M. Lefcourt (Ed.), *Research with the locus of control construct* (pp. 189-243). New York: Academic.
- Wampold, B. E. (2001). *The great psychotherapy debate*. Mahwah, NJ: Erlbaum.
- Wang, Q. (2001). Culture effects on adults' earliest childhood recollection and self-description: Implications for the relation between memory and the self. *Journal of Personality and Social Psychology*, 81, 220-233.
- Watson, D. (1988). Intra-individual and interindividual analyses of positive and negative affect: Their relation to health complaints, perceived stress, and daily activities. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54, 1020-1030.
- Watson, D. (1989). Strangers' ratings of the five robust personality factors: Evidence of a surprising convergence with self-reports. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52, 120-128.
- Watson, D. (2000). *Mood and temperament*. New York: Guilford.
- Watson, D., & Clark, L. A. (1984). Negative affectivity: The disposition to experience aversive emotional states. *Psychological Bulletin*, 96, 465-490.
- Watson, D., & Clark, L. A. (1992). On traits and temperament: General and specific factors of emotional experience and their relation to the five-factor model. *Journal of Personality*, 60, 441-476.
- Watson, D., & Clark, L. A. (1993). Behavioral disinhibition versus constraint: A dispositional perspective. In D. W. Wegner & J. W. Pennebaker (Eds.), *Handbook of mental control* (pp. 506-527). Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.

- Watson, D., Hubbard, B., & Wiese, D. (2000). Self-other agreement in personality and affectivity: The role of acquaintanceship, trait visibility, and assumed similarity. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78, 546-558.
- Watson, D., & Pennebaker, J. W. (1989). Health complaints, stress, and distress: Exploring the central role of Negative Affectivity. *Psychological Review*, 96, 234-254.
- Watson, D., Wiese, D., Vaidya, J., & Tellegen, A. (1999). The two general activation systems of affect: Structural findings, evolutionary considerations, and psychological evidence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 76, 820-838.
- Watson, J. B. (1919) *Psychology from the standpoint of a behaviorist*. Philadelphia: Lipincott.
- Watson, J. B. (1928). *The ways of behaviorism*. New York. Harper
- Watson, J. B. (1930). *Behaviorism*. Chicago: University of Chicago Press.
- Watson, J. B., & Rayner, R. (1920) Conditioned emotional reactions. *Journal of Experimental Psychology*, 3, 1-14
- Wegner, D. M. (1992). You can't always think what you want: Problems in the suppression of unwanted thoughts. *Advances in Experimental Social Psychology*, 25, 193-225.
- Wegner, D. M. (1994) Ironic processes of mental control. *Psychological Review*, 101, 34-52.
- Wegner, D. M., Schneider, D. J., Carter, S. R., & White, T. L. (1987). Paradoxical effects of thought suppression. *Journal of Personality and Social Psychology*, 53, 5-13
- Wegner, D. M., Shortt, G. W., Blake, A. W., & Page, M. S. (1990) The suppression of exciting thoughts. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58, 409-418.

- Weinberger, J. (1992). Validating and demystifying subliminal psychodynamic activation. In R. F. Bornstein & T. S. Pittman (Eds.), *Perception without awareness* (pp. 170-188). New York: Guilford.
- Weinberger, J. (2002). *Unconscious processes*. New York: Guilford.
- Weinberger, J., & Silverman, L. H. (1987). Subliminal psychodynamic activation: A method for studying psychoanalytic dynamic propositions. In R. Hogan & W. Jones (Eds.), *Perspectives in personality: Theory, measurement, and interpersonal dynamics* (pp. 251-287). Greenwich, CT: JAI Press.
- Weiner, B. (1985). An attributional theory of achievement motivation and emotion. *Psychological Review*, 92, 548-573.
- Weiner, B. (1990). Attribution in personality psychology. In L. A. Pervin (Ed.), *Handbook of personality: Theory and research* (pp. 465-485). New York: Guilford.
- Weiner, B. (1992). *Human motivation*. Newbury Park, CA: Sage.
- Weiner, B. (1993). On sin versus sickness: A theory of perceived responsibility and social motivation. *American Psychologist*, 48, 957-965.
- Weiner, B., & Graham, S. (1999). Attribution in personality psychology. In L. A. Pervin & O. P. John (Eds.), *Handbook of personality: Theory and research* (pp. 605-628). New York: Guilford.
- Weiner, J. (1999). *Time, love, memory*. New York: Knopf.
- Weiskrantz, L. (1986). *Blindsight*. Oxford: Oxford University Press.
- Weiss, J., & Sampson, H. (1986). *The psychoanalytic process*. New York: Guilford.
- Weisz, J. R., McCarty, C. A., Eastman, K. L., Chaiyasit, W., & Suwanlert, S. (1997). Developmental psychopathology and culture: Ten lessons from Thailand. In S. S. Luthar, J. A. Burack, D. Cicchetti, & J. R. Weisz (Eds.), *Developmental psychopathology: Perspectives on adjustment, risk, and disorder* (pp. 568-592). Cambridge: Cambridge University Press.
- Werker, J. (1989). Becoming a native listener. *American Scientist*, 77, 54-59.

- Westen, D. (1992). The cognitive self and the psychoanalytic self: Can we put ourselves together? *Psychological Inquiry*, 3, 1-13.
- Westen, D. (1998). The scientific legacy of Sigmund Freud: Toward a psychodynamically informed Psychological science. *Psychological Bulletin*, 124, 333-371.
- Westen, D., & Gabbard, G. O. (1999). Psychoanalytic approaches to personality. In L. A. Pervin & O. P. John (Eds.), *Handbook of personality: Theory and research* (pp. 57-101). New York: Guilford.
- Whalen, P. J. (1999). Fear, vigilance, and ambiguity: Initial neuroimaging studies of the human amygdala. *Current Directions in Psychological Science*, 7, 177-188.
- Whisman, M. A. (1993). Mediators and moderators of change in cognitive therapy of depression. *Psychological Bulletin*, 114, 248-265.
- White, G. M. (1993). Emotions inside out: The anthropology of affect. In M. Lewis & J. M. Haviland (Eds.), *Handbook of emotions* (pp. 29-40). New York: Guilford.
- White, R. W. (1959). Motivation reconsidered: The concept of competence. *Psychological Review*, 66, 297-333.
- White, T. L., & Depue, R. A. (1999). Differential association of traits of fear and anxiety with norepi-nephrine- and dark-induced pupil reactivity. *Journal of Personality and Social Psychology*, 77, 863-877.
- Widiger, T. A. (1992). Categorical versus dimensional classification: Implications from and for research. *Journal of Personality Disorders*, 6, 287-300.
- Widiger, T. A. (1993). The DSM-III-R categorical personality disorder diagnoses: A critique and an alternative. *Psychological Inquiry*, 4, 75-90.
- Widiger, T. A. (1994). LSB on the SASI, FFM, and IPC. *Psychological Inquiry*, 5, 329-332.

- Widiger, T. A., Verheul, R., & van den Brink, W. (1999). Personality and psychopathology. In L. A. Pervin & O. P. John (Eds.), *Handbook of personality: Theory and research* (pp. 347-366). New York: Guilford.
- Wiedenfeld, S. A., Bandura, A., Levine, S., O'Leary, A., Brown, S., & Raska, K. (1990). Impact of perceived self-efficacy in coping with stressors in components of the immune system. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59, 1082-1094.
- Wiener, N. (1948). *Cybernetics*. New York: Wiley.
- Wierzbicka, A. (1999). *Emotions across languages and cultures: Diversity and universals*. New York: Cambridge University Press.
- Wiggins, J. S. (1973). *In defense of traits*. Unpublished manuscript. University of British Columbia, Vancouver.
- Wiggins, J. S. (1991). Agency and communion as conceptual coordinates for the understanding and measurement of interpersonal behavior. In D. Cicchetti & W. Grove (Eds.), *Thinking clearly about psychology: Essays in honor of Paul Everett Meehl* (pp. 89-113). Minneapolis: University of Minnesota Press.
- Wiggins, J. S., Phillips, N., & Trapnell, P. (1989). Circular reasoning about interpersonal behavior: Evidence concerning some untested assumptions underlying diagnostic classification. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56, 296-305.
- Wiggins, J. S. & Pincus, A. L. (1992). Personality: Structure and assessment. *Annual Review of Psychology*, 43, 473-504.
- Wilson, G. (1978). Introversion/extroversion. In H. London & J. E. Exner (Eds.), *Dimensions of personality* (pp. 217-261). New York: Wiley.
- Wilson, G. T. (1999). Rapid response to cognitive behavior therapy. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 6, 289-292.
- Wilson, T. D. (1994). The proper protocol. Validity and completeness of verbal reports. *Psychological Science*, 5, 249-252.

- Wilson, T. D., & Stone, J. I. (1985). Limitations of self-knowledge: More on telling more than we can know. *Review of Personality and Social Psychology*, 6, 167-184.
- Wilson, W. R. (1979). Feeling more than we can know: Exposure effects without learning. *Journal of Personality and Social Psychology*, 37, 811-821.
- Winter, D. G. (1973). *The power motive*. New York: Free Press.
- Winter, D. G. (1988). The power motive in women and men. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54, 510-519.
- Winter, D. G. (1992). Content analysis of archival productions, personal documents, and everyday verbal productions. In C. P. Smith (Ed.), *Motivation and personality: Handbook of thematic content analysis* (pp. 110-125). Cambridge, England: Cambridge University Press.
- Winter, D. G. (1993). Power, affiliation, and war: Three tests of a motivational model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 65, 532-545.
- Winter, D. G., John, O. P., Stewart, A. J., Kohnen, E. C., & Duncan, L. E. (1998). Traits and motives: Toward an integration of two traditions in personality research. *Psychological Review*, 105, 230-250.
- Witelson, S. F., Kigar, D. L., & Harvey, T. (1999). The exceptional brain of Albert Einstein. *Lancet*, 353, 2149-2153.
- Witkin, H. A. (1973). The role of cognitive style in academic performance and in teacher-student relations. Educational Testing Service Research Bulletin. Princeton, NJ: Educational Testing Services.
- Witkin, H. A., Dyk, R. B., Fatterson, H. F., Goodenough, D. R., & Karp, S. A. (1962). *Psychological differentiation*. New York: Wiley.
- Witkin, H. A., Lewis, H. B., Hertzman, M., Machover, K., Meissner, P. B., & Wapner, S. (1954). *Personality through perception*. New York: Harper & Row.
- Woike, B. A., & McAdams, D. P. (2001). TAT-based personality measures have considerable validity. *Psychological Science in the Public Interest*, 14, 10.

- Wood, J. M., Bootzin, P. R., Kihlstrom, J. F., & Schacter, D. L. (1992). Implicit and explicit memory for verbal information presented during sleep. *Psychological Science*, 3, 236-239.
- Wortman, C. B., & Loftus, E. F. (1992). *Psychology*. New York: McGraw-Hill.
- Wright, L. (1997). *Twins: And what they tell us about who we are*. New York: Wiley.
- Wylie, R. C. (1961) *The self-concept*. Lincoln: University of Nebraska Press.
- Yang, K., & Bond, M. H. (1990). Exploring implicit personality theories with indigenous or important constructs: The Chinese case. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58, 1087-1095.
- Yik, M. S. M., & Bond, M. H. (1993). Exploring the dimensions of Chinese person perception in indigenous and imported constructs: Creating a culturally balanced scale. *International Journal of Psychology*, 28, 75-95.
- Young, J. E., Beck, A. T., & Weinberger, A. (1993). Depression. In D. H. Harlow (Ed.), *Clinical handbook of psychological disorders* (2nd ed., pp. 240-277). New York: Guilford.
- Young, P. T. (1961). *Motivation and emotion*. New York: Wiley.
- Zajonc, R. B. (1968). The attitudinal effects of mere exposure. *Journal of Personality and Social Psychology Monograph*, 9, Part 2.
- Zuckerman, M. (1991) *Psychobiology of personality*. New York: Cambridge University Press.
- Zuckerman, M., Joireman, J., Kraft, M., & Kuhlman, D. M. (1999). Where do motivational and emotional traits fit within three factor models of personality? *Personality and Individual Differences*, 26, 487-504.

المؤلف في سطور:

لورانس برفين

أستاذ علم النفس بجامعة روتجرز، وهو مؤلف لأكثر من ستين بحثًا نُشرت
بالمجلات العلمية، وعدة كتب منها: **خلافات وقضايا في الشخصية** (الطبعة
الثانية ٢٠٠٢). وحرر كتاب **"مفاهيم في الشخصية وعلم النفس الاجتماعي"** ١٩٨٩،
وشارك أوليفرز جون في تحرير كتاب **"مصدر في الشخصية: النظرية والبحث"**
(١٩٩٩)، وشارك كاريي كوير في تحرير كتاب **"الشخصية: مفاهيم حرجة في علم
النفس"** ١٩٩٨ .

المترجمون في سطور:

الأستاذ الدكتور عبد الحليم محمود السيد

أستاذ علم النفس بكلية الآداب، جامعة القاهرة، والذي قام بمراجعة هذا الكتاب وترجمة خمسة فصول منه، وله ١٢ بحثاً منشوراً في مجلات (عربية أو أجنبية)، منها: نحو جامعة تُنمي قدرات التفكير الإبداعي والاستدلالي والناقد، (١٩٩٩) و ٢٨ بحثاً منشوراً في كتب مستقلة منها: السمات الشخصية والسياق النفسي الاجتماعي للأحداث الجانحين والمعرضين للانحراف في مصر، (٢٠٠٨)، (تحت النشر)، الأسس النفسية لإعداد المقررات الدراسية بمراحل التعليم العام (قبل الجامعي)، ببا يُنمي قدرات الإبداع، (٢٠٠٥)، مشكلة المخدرات والشباب في الوطن العربي، دراسة لدرجة انتشار المعلومات والخبرات بالمخدرات بين الشباب من تلاميذ الثانوى العام بالبلاد العربية: (١٩٩٧)، تعاطى تلاميذ المدارس الثانوى في مدينة القاهرة الكبرى المواد المؤثرة في الأعصاب (١٩٩١)، الترتيب القيمي لمشكلات المجتمع المصري: دراسة مسحية ميدانية لعينة ممثلة للجمهور المصري العام، وعينة للجمهور الخاص (١٩٨٦)، الأسرة وإبداع الأبناء (١٩٨٠)، العنف الجماهيري التلفزيوني مثيراته وأساليب الوقاية منه، (١٩٧٦)، وله ١٣ كتاباً مؤلفاً منها: تنكر المسنين، (٢٠٠٦)، علم النفس الاجتماعي المعاصر، (مع آخرين)، (٢٠٠٤)، علم النفس العام، (مع آخرين)، (١٩٩١)، وله ٦ كتب مترجمة، منها: الاتجاهات الحديثة في دراسة التأخر العقلي، (١٩٨٦)، و٤ بحثاً أُلقيت في مؤتمرات وندوات، منها: أسس الخدمة النفسية للمسنين في البلاد العربية، مؤتمر النوحة العالمي لرعاية المسنين، أبريل (٢٠٠٥)، وأشرف على ١٧ رسالة دكتوراه و ٣٢ رسالة ماجستير، وناقش ٢٢ رسالة دكتوراه، و ٣٢ رسالة ماجستير .

الدكتور أيمن محمد عامر:

أستاذ مساعد بقسم علم النفس، كلية الآداب، جامعة القاهرة، قام بترجمة أربعة فصول من هذا الكتاب له بحوث ميدانية في مجال الإبداع، مثل: **الحل الإبداعي للمشكلات بين الوعي والأسلوب**، (٢٠٠٢)، واقع الدراسات النفسية للإبداع في مصر، وعدد من المقالات التي تقدم تصورات مقترحة، مثل: **الإبداع وأساليب تنميته**، إطار تصنيفي، **الإبداع والتعاطي**: تصور مقترح لمداخل العلاقة بينهما، **وتنمية مهارات التفكير الإبداعي**، فصل كتاب محرر بعنوان: **التفكير العلمي أسسه ومهارته**، القاهرة، (٢٠٠٦)، وله بحوث منشورة في كتب مصدرة، حول انتشار تعاطي المخدرات لدى تلاميذ المدارس الثانوية (العامة والفنية وسكان الريف)، التي يصدرها البرنامج الدائم لبحوث تعاطي المخدرات، وشارك في ترجمة "مصدر في علم نفس الإبداع"، تحرير ستيرنبرج .

الدكتور محمد يحيى الرخاوى:

مدرس علم النفس بقسم علم النفس، بكلية الآداب، جامعة القاهرة، قام بترجمة أربعة فصول من هذا الكتاب، له بحوث حول العلاقة بين الفانوس اللفظي في الكلام الشفاهي، وكل من القنرات الإبداعية وسمات الشخصية، ألفاظ الاستعانة وعلاقتها بكل من الأساليب المعرفية والثقافية، قسم علم النفس، كلية الآداب، جامعة القاهرة، (٢٠٠٢)، الفرق بين وهمية المدمن وهمية المدمنة وعلاقته بالفروق بين الجنسين، (تحت الطبع) .

التصحيح اللغوى : حسن خضر
الإشراف الفنى : حسن كامل



إلى أى حد تستقر الشخصية عبر الزمن؟ وعبر
المواقف؟ وكيف نستطيع أن نضع فى حسابنا الاستقرار
والتغير؟ وكيف تؤثر كل من المورثات ومتغيرات البيئة
(أو كيف يتفاعل الطبع مع التطبع فى إنتاج شخصية
الفرد؟ وكيف وإلى أى مدى تؤثر العمليات اللاشعورية
فيما نشعر به ونفعله؟ وما وظيفة الذات؟ وإلى أى حد
يختلف مفهوم الذات عبر الثقافات؟ وهل يؤثر كل من
التفكير والمشاعر فى الصحة النفسية والجسمية؟ وما
علاقة مناهج علم النفس العصبى بجهودنا فى فهم
وظائف الشخصية؟

مثل هذه الأسئلة وغيرها، تبرز موضوع البحوث
المعاصرة فى الشخصية، وهو الأساس لما سيتم تقديمه
فى هذا الكتاب.